

تعليم الأطفال الإدارة والتخطيط ووضع الأهداف
نور جمال
النفيس
دار ابن النفيس
للنشر والتوزيع

بسم اللـه الرحمن الرحيم

تعليم الأطفال الإدارة والتخطيط ووضع الأهداف

تعليم الأطفال الإدارة
والتخطيط ووضع الأهداف

نور جمال

الطبعة الأولى

2018 م



المملكة الأردنية الهاشمية
رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية
(   )

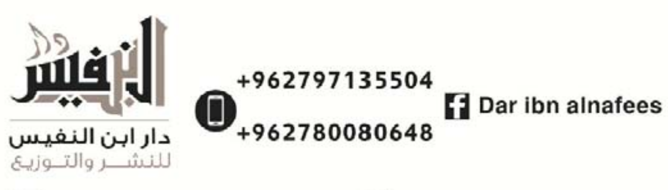
،

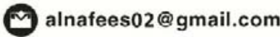
تعليم الأطفال الإدارة والتخطيط ووضع الأهداف، /   ، عمان ، .2018،

(   ) ص

ر.إ: /2018

الواصفات: /





مقدمة

يرى المختصون أن تعليم الطفل في الصغر يؤهله جيدا للتعامل مع الآخرين والتخطيط لحياته ووضع الأهداف في المستقبل، وأن التأخير في غرس هذه القيمة قد يولد طفلا ضعيفا لا يستطيع تحمل المسؤولية فيما بعد. ومن أهم المهارات الحياتية الواجب تعليمها للطفل وتنمية قدراته فيها هي مهارات الأداء التنفيذي وهي تلك المهارات المعرفية التي تُستخدم لتنفيذ مهمة ما، وقد يتطلب الأمر استخدام عِدة مهارات تنفيذية لأداء مهمة واحدة.. فعلى سبيل المثال، يتطلب القيام بارتداء الزي المدرسي في الصباح التخطيط المسبق لمعرفة حالة الطقس، والتعامل مع مختلف الرغبات (المؤيدة أو المعارضة) لفكرة الذهاب إلى المدرسة، والحفاظ على الانتباه الكامل لإنهاء المهمة في وقتها المُحدد.

وتبدأ مهارات الأداء التنفيذي في التطوُّر أثناء مرحلة الطفولة، ثم تستمر في النمو حتى وصول الطفل لمرحلة البلوغ.

تساعد تلك المهارات الطفل في العديد من الأنشطة، مثل إنهاء أعماله المنزلية وواجباته المدرسية، وتوفير المال اللازم لشراء لعبته المفضلة، واتباع القواعد، والحفاظ على متعلقاته من الضياع.. وقد يواجه طفلك بعض الصعوبات في اكتساب هذه المهارات؛ فتظهر عليه بعض الأمارات الدالة على ذلك كصعوبة سرد تفاصيل القصص بطريقة متسلسلة، وصعوبة تذكّر المعلومات في غير أوقات المذاكرة.

الفصل الأول

التخطيط والتنظيم للأطفال

التخطيط:

وهو القدرة على إنشاء خطة ومتابعة تنفيذها لإنجاز المهمة كما ينبغي.. ولكي تساعد طفلك على التخطيط لكيفية حل واجباته المدرسية، عليك أن تُعلّمه كيف يرسم صورة للمستقبل أمام عينيه. فعلى سبيل المثال، اسأل طفلك عندما يُطلب منه أداء أحد الواجبات المدرسية "كيف تتخيله بعدما تنتهي منه؟".

مفهوم التخطيط:

التخطيط من الوظائف القيادية والمهمة في الإدارة العامة والتي يقع على عاتق القيادة الإدارية وجوب النهوض به كوظيفة أساسية تختص بها الإدارة العليا. ولا تنتهي هذه الوظيفة إلا بتحقيق الهدف من خلال نشاطات الإدارة التي تعمل على تنفيذ الخطة.

وعملية التخطيط تشتمل على عدد من الخطوات المنطقية هي:

- التحديد المسبق للأهداف المراد الوصول إليها.

- وضع السياسات والقواعد التي نسترشد بها في اختيارنا لأسلوب تحقيق الهدف.

- وضع واختيار بديل من بين عدة بدائل متاحة لتنفيذ الهدف المطلـوب، وتحديد الإمكانات اللازمة لتنفيذ هذا البديل.

- تحديد الإمكانات المتاحة فعلاً.

- تحديد كيفية توفير الإمكانات غير المتاحة.

- وضـع الـبرامج الزمنيـة اللازمـة لتنفيـذ الهـدف، والتـي تتنـاول تحديـد النشاطات اللازمـة لتحقيـق الهـدف، وكيفيـة القيـام بهـذه النـشاطات، والترتيـب الزمني للقيام بهذه النشاطات ثم تحديد المسؤولية عن تنفيذ هذه النشاطات.

أهمية التخطيط:

لا أحد ينكر أن التخطيط هو الاساس الذي يقوم عليه العمـل الاداري كله باعتباره الوسيلة التي يعتمد عليها رجل الإدارة في مواجهـة المـستقبل، فالمستقبل مجهول واذا لم يضع الانسان في حسابه هـذا المجهـول ولم يتخـذ الاحتياطات اللازمة لمواجهة الظروف المتوقعة ولم يفكر مسبقا فيما ينبغـي

عليه القيام به من أعمال قبل تنفيذها فإنه قد يضل عن الطريق الـصحيح الـذي يقوده الى تحقيق الهدف الذي يسعى اليه، فبدون التخطيط تعم الفـوضى وتـسير الجهود بصورة عشوائية وتنحرف عن مسارها السليم، ومن خلال هذا كله يتـضح لنا مدى أهمية التخطيط ومدى الاهتمام الـذي يجـب أن يعطـي للتخطـيط مـن قبـل المـدراء خاصـة وكـل فـرد في المجتمـع عامـة، ونـستطيع أن توضـح أهميـة التخطيط من خلال النقاط التالية:

1. التغلب على عدم التأكد ومواجهة التغيرات التي قد تحدث.

لا يمكن لأي إنسان مهما كانت قدرته و دقته في تقـدير الظـروف أن يقـول بأن حدثا ما سيحدث حتما لأن أحداث المستقبل غيبية و مـا يتوقعـه الإنـسان لا يخرج عن كونه تكهنا يحتمل أن يحدث أو لا يحدث ذلـك لأن المـاضي و الحـاضر تدركهما بحواسنا إما المستقبل فلا تدركه إلا بالخيال وحده.

والتخطيط يعتمد على عملية التنبؤ وكما نعلم أن التنبؤ بما سوف يقـع مـن أحـداث أمـر يخـرج عـن طاقـة البـشر لأنـه مـن اختـصاص اللـه وحـده عـالم

الغيب، ولكن على الرغم من ذلك كله فإن بالإمكان تحديد الاتجاه بشكل عام أو تعيين عدد من الاحتمالات التي ينتظر أن تحدث وكلما كان رجل التخطيط واسع الافق كانت توقعاته أكثر شمولاً وأقرب إلى الواقع الفعلي، ومن الطبيعي أن تحديد اتجاهات الأحداث يقلل من مقدار الشك في وقوعها، كما أن حصر الاحتمالات تمكن رجل الادارة من تقدير موقفه فيستطيع أن يضع خطة مرنة أو عدداً من الخطط البديلة لمواجهة كل الاحتمالات المتوقعة، فالمستقبل أمر مجهول والسمة الاساسية له عدم التأكد والطريق الوحيد لمواجهة اخطار المجهول هو التخطيط وحده.

2. تركيز الضوء على الأهداف.

معنى السير بخطى ثابتة نحو الأهداف وكما نعلم أن الهدف هو نقطة البداية في أية خطة كما أنه الغاية التي تسعى إليه الخطة ومادام هناك نيه القيام بالتخطيط فلابد من التفكير في الاهداف التي سنصل اليها بحيث تكون هذه الاهداف واضحة وممكن الوصول اليها وكلمة وضوح أي أن تكون مفهومة لكل المستويات الادارية العليا والتنفيذية لأن من سيطبق

الخطة هم العمال المنفـذون فيجـب أن تكـون واضـحة لهـم، ونظـرا لأن العمـل الإداري الدائم قد يشغل المدراء فيهتمون بعملهم اليومي وينسون المستقبل فـإن وضع الأهداف أمامهم يجعلهم يربطون ما بـين الحـاضر والمـستقبل ولا يمكـن أن يتم ذلك الا من خلال التخطـيط الـذي يجعـل الاهـداف أمـام أعيـنهم فيـسلكون الطريق الـصحيح ويـصححون مـن سـلوكهم كلـما وجـدوا أن هنـاك انحرافـا عـن السبيل الذي يؤدي إلى تحقيق الأهداف.

3. التنسيق بين كافة الادارات والأقسام.

كـما قلـت سـابقاً أن التخطـيط يعمـل عـلى تحقيـق الهـدف النهـائي للمنظمة ولكي تصل المنظمة إلى تحقيق ذلك لابد لها من تحقيـق أهـداف جزئيـة لكل دائرة أو قسم داخل المنظمة ومن أجل أن تحقق الهـدف النهـائي فلابـد مـن التنسيق بين كافة الادارات النهائية التي تـسعى إليهـا المنظمـة كـما أن التخطـيط يركز الانتباه إلى الحاجة إلى التعديل في الأساليب المستخدمة في العمـل إذا احتـاج الأمر والتعديل على الاجراءات والسياسات المنبثقة لتصبح أكثر فاعليـة في تحقيـق الاهداف.

4. الاقتصاد في النفقات

تهتم الخطة برسم الصورة التي ستكون عليها الاعمال في المسقبل ومن الناحية المالية تترجم هذه الاعمال إلى إيرادات ونفقات والتخطيط السليم هو الذي يعمل على تخفيض النفقات وزيادة الايرادات وعلى الأقل أن لا يجعل النفقات المتوفعة تزيد عن الايرادات المرتقبة إلا في أحوال نادرة عندما يكون التخطيط طويل الأجل ويتوقع تحقيق خسائر في الأجل القصير والتخطيط دائماً يتفادى العشوائية والارتجال والتي تؤدي إلى الإسراف والتبذير، فالمخطط دائما يضبط نفقاته في الحدود التي تسمح بها الإيرادات وكل هذه الأمور تكون واضحة من خلال الميزانية التي تعبر عنها بالأرقام (الإيرادات + النفقات) ومن ثم إقرار هذه الميزانية فيجب الالتزام بها ولا يجوز الانحراف عنها إلا في حالات نادرة بمعنى أنه لا يمكن أن تزيد النفقات عن ما هو موجود داخل الميزانية إلا إذا كانت هناك أسباب مقنعة وهناك تأكد أيضا بأن الإيرادات ستزيد بصورة أكبر عن ما هو داخل الميزانية.

5. تسهيل عملية الرقابة

لا يمكن أن نتصور عمل ما يتم دون ان تكون هناك عملية رقابة على من ينفذون هذه الاعمال ولكي تتم عملية الرقابة بصورة فعالة لابد من وضع معايير مقنعة توضع مقدما لكي يقاس بناء عليها ما أنجز من أعمال ومن هنا تبرز أهمية التخطيط حيث أنه يوضح ما يجب انجازه من أعمال والطرق والأساليب التي لابد من استخدامها لانجاز تلك الأعمال والوقت الذي ينبغي أن لا يتجاوزه المنفذ في ذلك ومن هنا يسهل التخطيط للادارة متابعة كافة الأعمال لكي تتأكد من حسن سير العمل أو بجعلها تتعرف على ما يصادف العمل من عقبات فتعمل على تذليلها وإذا ما انحرف فتعمل على تقويم اعوجاجها حتى تضمن الوصول الى تحقيق الاهداف في الموعد والوقت المحدد تماما.

فمثلًا: هناك أحد الواجبات المدرسية المتعلقة بحفظ الكلمات وتوضيحها بالرسم، يمكنك توضيح المطلوب من طفلك وعمل نموذج تصويري للشكل الذي سيكون عليه الواجب، وذلك من خلال رسم

عمودين متقابلين بحيث يكتب في أحدهما الكلمة وفي العمود المقابل يرسم رَسمة مُبسطة لها كالتالي:

وباستخدام هذه الطريقة التي يتعلم طفلك من خلالها التخطيط لكيف سيصبح عليه الواجب المدرسي عند الانتهاء منه، سيبدأ في معرفة من أين يبدأ، وما العناصر المطلوب توافرها لأداء الواجب بشكل صحيح، وكيف سيصبح الشكل النهائي له، وهو ما سيؤدي إلى اعتماد الطفل على نفسه أثناء حل الواجبات بشكل أكبر في المستقبل.

أما بالنسبة للتخطيط بعيد المدى فيفضل الاستعانة بالمُفكرات لكتابة الملاحظات ووضع الخطط وجداول المذاكرة؛ لكي يراها الطفل دائمًا أمامه أثناء المذاكرة خاصة عند وجود العديد من الواجبات المطلوبة.. فضلًا عن ذلك، يساعد استخدام تلك المفكرات في تقسيم المواد والدروس الكبيرة أو الصعبة إلى أجزاء صغيرة يسهُل التعامل معها.

مقومات التخطيط

تتضمن عملية التخطيط الإداري عددًا من المقومات الأساسية تتمثل في تحديد الأهداف، التنبؤ، السياسات والبرامج، والإجراءات، وأخيرًا بلورة طرق العمل ونقصد به الوسائل والإمكانات.

أولاً: الأهداف:ـ

الأهداف هي النتائج المطلوب تحقيقها في المستقبل، وإذا كان المطلوب هو تحقيق هذه النتائج في المستقبل البعيد، فإنها تسمى غايات، وأهدافًا استراتيجية، أما إذا كان تحقيقها في الأجل القصير فإنها تسمى أهدافاً تكتيكية.

العوامل الواجب توافرها في الأهداف:ـ

درجة الوضوح:ـ

ووضوح الهدف يحقق مجموعة من المزايا:ـ

ـ المساعدة على توحيد جهود الجماعة لتنفيذ الأهداف.

ـ مساعدة إدارة المنظمة في القيام بوظائفها الأخرى.

ـ المساعدة على تنسيق العمل بين الأفراد والأقسام بشكل واضح ومحدد.

القناعة بالهدف:ـ

كلما زادت قناعة العاملين بالهدف كلما كانت درجة حماس العاملين نحو تحقيق عالية.

الواقعية في الهدف:ـ

والواقعية في الهدف تقوم على الأسس التالية:ـ

- أن يكون الهدف الممكن الوصول إليه وليس شيئًا مستحيلاً.
- أن تتوافر الإمكانات المادية والبشرية بدرجة تساعد على تحقيق الهدف.
- أن يكون الهدف معبرًا عن حاجات العمل وموجهاً إلى تحقيقها كما هو الحال بالنسبة لرغبات وحاجات العاملين، ويعمل على إشباعها.

التناسق والانسجام:ـ

يجب أن تكون الأهداف الموضوع متناسقة مع بعضها البعض بحيث يسهل تنفيذها.

مشروعية الهدف:ـ

يقصد به مدى ملاءمته للقيم والمثل والتقاليد المرعية في المجتمع، وكذلك مراعاته للأنظمة واللوائح والسياسات الحكومية المعمول بها.

القابلية للقياس:ـ

إن وجود مقاييس للأهداف يتيح للإدارة التأكد من مدى تحقيق أهدافها، وهل يتم التنفيذ وفقا لما هو مخطط له أم أن هناك انحرافات في الأداء.

وقد تخضع الأهداف للمقاييس التالية:ـ

- مقياس زمني: أي تحديد فترة زمنية محددة لإنهاء العمل المطلوب.

- مقياس كمي: أي تحديد الكمية التي يراد تنفيذها خلال فترة معينة.
- مقياس نوعي: وهو تحديد النوعية التي يجب أن يظهر عليها الأداء خلال فترة التنفيذ.

التنبؤ:ـ

التنبؤ نشاط ذهني مرتبط بوجود النشاط الإنساني، وهو نتيجة لارتباط النشاط والإنساني بعنصر الوقت، ويعرف التنبؤ بأنه التوقع للتغيرات التي قد تحدث مستقبلاً، تؤثر بأسلوب مباشر أو غير مباشر على النشاط.

الأمور التي يجب أن تراعى في التنبؤ:ـ

- أن يكون التنبؤ دقيقاً قدر الإمكان.
- أن تكون البيانات والمعلومات التي يعتمد عليها التنبؤ حديثة.
- أن يكون التنبؤ مفيدًا، أي يمكن استخدامه في حل المشكلات.
- غير مكلف: ـ فلا تفوق التكاليف الفائدة الاقتصادية المرجوة منها.

- أن يكون واضحًا.

ومهما كان التنبؤ دقيقًا فلن يصل إلى حد الصحة الكاملة في جميع الأمور.

السياسات:ـ

هي مجموعة المبادئ والقواعد التي تحكم سير العمل، والمحـددة، سـلفا، بمعرفـة الإدارة، والتـي يـسترشد بهـا العـاملون في المـستويات المختلفـة عنـد اتخـاذ القـرارات والتـصرفات المتعلقـة بتحقيـق الأهـداف. وهنـاك فـرق بـين الـسياسة والهـدف، فالهـدف هـو مـا نريد تحقيقه، أما السياسية فهي المرشد لاختيار الطريـق الـذي يوصـل للهدف.

وتعتبر السياسيات بمثابة مرشد للأفراد في تصرفاته وقراراتهم داخل المنظمة، فهي تعبر عن اتجاهات الإدارة في تحديد نوع السلوك المطلوب من جانب الأفـراد أثناء أدائهم لأعمالهم.

ويرتبط التخطيط بالسياسية، ذلك أن التخطيط غالباً ما تكون نتيجة التغيير في السياسات أو نظم العمل أو الإجراءات، وذلك بقصد الوصول إلى الهدف المنشود بأحسن الوسائل وبأقل تكلفة.

الإجراءات:

هي بمثابة الخطوات المكتبية والمراحل التفصيلية التي توضح أسلوب إتمام الأعمال وكيفية تنفيذها، والمسؤولية عن هذا التنفيذ والفترة الزمنية اللازمة لاتمام هذه الأعمال.

فهي إذن خط سير لجميع الأعمال التي تتم داخل المنظمة لاتمام هذه الأعمال، فمثلا إجراءات التعيين في الوظيفة تتطلب مجموعة من الخطوات والمراحل التي يجب على طالب الوظيفة أن يمر بها بدءًا من تعبئة نموذج الوظيفة وإجراءات الامتحانات والمقابلات إلى صدور قرار التعيين من الجهة المعنية.

تدبير الوسائل والإمكانات:ـ

إن الأهـداف الموضـوعة والـسياسات والإجـراءات المحـددة لتنفيـذ هـذه الأهـداف لا يمكـن أن تعمـل دون وجـود مجموعـة مـن الوسـائل والإمكانـات الضرورية لترجمة هذه الأهداف إلى شئ ملموس، فهي ضرورية لإكـمال وتحقيـق الأهداف.

تعليم الطفل على التخطيط

أولا: يبدأ تعليم التخطيط للأطفال بتـدريبهم عـلى وضـع هـدف لأي عمـل يقومون به في حياتهم:

- كم ستحصل على مجموع درجات هذا العام؟

- كم ستجلس أمام التلفاز وماذا ستشاهد؟

- كم ستحرز من أهداف في مباراة اليوم؟

- لماذا تريد أن تذهب في هذه الرحلة؟

- بكم نقطة ستفوز في لعبة كذا؟

ثانيا: ثم بلفت نظره ومناقشته دوماً في أهدافه المستقبلية عندما يـدخل في سن المراهقة:

ماذا تريد أن تعمل مستقبلاً؟

ما هي أحلامك المستقبلية؟

كيف تتخيل نفسك بعد عشر سنوات وأين ستكون؟

إن وضوح الرؤية ثم تحديد الأهداف، هي أهـم مـا يميـز الإنـسان الطمـوح الناجح المنظم لطريق نجاحه عن الإنسان الفوضوي الذى يعيش اليوم بيومه دون رؤية واضحة للمستقبل البعيد.

ثالثا: يأتي بعد ذلك وضع البدائل للوصول إلى الهدف، عود ابنك عـلى وضـع البدائل والوسائل للوصول إلى أهدافه التي يريدها.

فإذا كان هدفه، مثلاً، الحـصول عـلى صـديق يحبـه، فاطلـب منـه أن يـضع أساليب محددة للوصول إلى قلبه، مثال على ذلك:

- أخبره أنك تحبه.

- اشتر له هدية يحبها ويريدها أو بعض الحلوى.

- تعاطف معه واسمعه عندما يشعر بالضيق.

وإذا كان هدفه على سبيل المثال: "أريد أن أحصل على مجموع يفوق الـ 95% هذا العام".. فيجب أن يضع تلك الأساليب التي توصله إلى تحقيق هدفه:

- مذاكرة يومية للدروس التي درستها وإلى مجهود أكبر للفهم والحفظ.

- عمل الواجبات بانتظام.

- تعلم أساليب المذاكرة السليمة.

رابعا: اجعل طفلك يفكر معك كيف سيصل إلى أهدافه، وما الذي ينوي فعله من وسائل متعددة، ثم فكر في كل وسيلة على حدة:

ما هي السلبيات، وما هي الإيجابيات، ما الفرص المساعدة عليها، وما التحديات التى من الممكن أن يواجهها، خبراتك أنت شخصياً وخبرات الآخرين.

خامساً: ألفت انتباه طفلك إلى أنه ستكون هناك مشكلات وعقبات ومنحنيات ومطبات وحفر في طريقه إلى الهدف.. وهذا طبيعي في أي طريق للنجاح، فكر، سوياً، في طرق تجاوز هذه العقبات والتقليل من آثارها.

سادساً: ساعده على وضع جدول زمنى واقعي محدد، فالخطة تظل أحلاماً لو لم تترجم في مستهدفات مرتبطة بتوقيتات محددة، ولابد من تقييم التقدم المحرز كل فترة زمنية وتعديل الجدول بناء على ذلك.

سابعاً: علمه كيف يحصر المهام المطلوبة منه، وكيف يرتبها في أولويات، فالمهم العاجل أولاً، ثم المهم غير العاجل، فالأقل أهمية.. وهكذا.

ثامناً: علمه بداية مـن ذهابـه إلى الحـضانة، كيـف يـنظم وقـت الـصباح في الإعداد للذهاب إلى المدرسة.

- دخول الحمام وغسْل الأسنان.

- إعداد حقيبة المدرسة والسندوتشات (علمه كيف يعدها بنفسه).

- ارتداء ملابسه.

- الفطور

- ثم النزول إلى المدرسة في الموعد المحدد.

كلما كانت المهام روتينية ومنظمة وتنفذ، يومياً، بـشكل مـنظم، كلـما كـان اعتياده عليها أسرع، وكلما كان انضباطه أكثر سهولة.

تاسعاً: علم ابنك كيف يرتب مكتبه ودولاب ملابسه وحجرته، فإن التدريب على تنظيم وترتيب الأشياء يعوده على ترتيب وتنظيم الأفكار مستقبلاً.

عاشراً: علم ابنك عندما يقترب من المراهقة أن يخطط ليومه (مواعيد النـوم والاستيقاظ والطعام والمذاكرة والترفيه وممارسة الهوايات والتمرينـات، وأن يـضع جدولاً يومياً وأسبوعياً لنفسه بالأعمال المطلوبة منه)، ولا تجعله يعتمـد عليـك في تذكيره، دوماً، بمواعيده ومهامه.

إحدى عشرة: عند الخـروج إلى النزهـة علمـه، كيـف يعـد حقيبتـه بنفـسه، وماذا يريد من ساندوتشات ومشروبات ومياه وألعاب وملابس أو أحذيـة للعـب، وشجعه على أن يجهزها بنفسه.

اثنتا عشرة: علم طفلك، كيف يحضر شنطة ملابسه للسفر، ومـا سـيحتاج في سفره، وأن يكتب كل ما يحتاج إليه حتى لا ينسى شيئاً.

التنظيم:

هو القدرة على ترتيب المعلومات والمواد من أجل تذكرها جيدًا.

وينقسم الأطفال بين أنماط تنظيمية ثلاثة؛ إما النمط التنظيمي البـصري، أو المكاني، أو التتبعي؛ لذا وُجد أن تقسيم المكتب أو المساحة المُخصصة للمذاكرة إلى ثلاثة أقسام وهي (المطلوب مذاكرته ـ الذي أذاكره الآن ـ ما انتهيت منه) يـساعد الطلاب بمختلف أنماطهم التنظيمية الثلاثة في تنظيم المواد بشكل جيد.

بالإضافة إلى ذلك، يعد استخدام العناصر الملونة من أقـلام وأوراق وملفـات عاملًا مساعدًا ومحفزًا للتخطيط والتنظيم، كما أنه يسهم في إمكانية إتمام الطفـل لواجباته بشكل كامل ومستقل دون الاعتماد على والديه.. يمكنك أيضًا توفير بعض الحافظات الورقية ليفصل طفلك بين الواجبات المنتهية وتلك التـي لم يفـرغ منهـا بعد، وهو ما يساعده في أن يصبح أكثر تنظيمًا بلا شك.

نصائح لتعليم الطفل التنظيم والتركيز

- يجب ان تضعي لطفلك روتين يومي

يجب وضع روتين يومي لطفلك لان الطفل فى السن الصغير يكون مشتت ولا يعرف قيمة الوقت ولا كيف يمر الوقت مثلا يكتب دروسه ولا يعرف ما عليه بعدها فيجب وضع روتين يومي له حتى يعرف قيمة الوقت وتنظيمه

- تكليف الطفل بأعمال منذ صغره

فالطفل مسؤل منذ صغره باعمال بالمنزل حتى يتعلم النظام وقيمة الوقت منذ عمر السنتين

الطفل من عمر السنتين الى 3 سنوات

يستطيع القاء القمامة فى سلة المهملات ووضع العابه بالصندوق وجلب الاشياء المطلوبة منه

الطفل من عمر 4 سنوات الى 5 سنوات

اطعـام الحيوانـات الاليفـة وكـنس الارض والقـاء القمامـة في الـسلة مـسح

الاطباق المغسولة مسح السوائل المسكوبة واحضار الاشياء ومسح الغبار وتنظيف

المقابض واعادة الالعاب لمكانها وترتيب الاشياء في الغرفة ولم الاوراق من الارض

الطفل من عمر 6 سنوات الى 8 سنوات

ترتيب غرفته وتنظيفها والقاء القمامة طي المناشف تنظيـف الحـمام وتغـير

مناشف الحمام وغسل الاطباق من هم فوق السبع سنوات

القدوة

يجب ان تكون قدوة لطفلك بالتنظيم وادارة الوقـت وايـضا احـترام الوقـت

يجب تنظيم الاعـمال بوقـت محـدد مـثلا وضـع وقـت لتـصفح الانترنـت ووقـت

للقراءة حتى يستفيد الطفل من تنظيم وقتك ويقلدك

- وضع وقت مشترك

يجب وضع وقت مشترك بينك وبين الطفل يومي او اسبوعي بمعاد محدد يومي او اسبوعي مثلا وضع نصف ساعة يوميا لقراءة ورد قراءن معه او قراءة قصة او حتى جلسة عائلية اسبوعية بدون اخلاء بالموعد حتى يرتبط ذلك باحترام الوقت معه والتنظيم

- الحفاظ على بيئة ثابتة للطفل

فتغير الاوضاع والوضع المتغير يسبب للطفل توتر وعدم اتزان يجب ان يعيش في بيئة متوازنة حتى يشعر بانتظام ولا يتشتت

- الترفيه ايضا له وقت محدد

يجب وضع وقت محدد للطفل للترفيه واللعب للطفل وخصوصا وقت العطلة لانها اذا كان اليوم مفتوح سينجز اعماله وواجباته بسرعة وحتى يتفرغ للعب وايضا حتى يتعلم قيمة الوقت

الغذاء الصحي

يجب اعطاء الطفل نظام غذائي صحي لان الدهون الكثيرة والاكلات الدسمة تجعل الطفل يشعر بالكسل ولا يصنع شيء ولا ينجز اما الطعـام الـصحي يعطيـه النشاط وينمي جسمه

الاهداف

يجب وضع هدف طفلك بعيد المدى وهدف قـصير المـدى حتـى يـتعلم ان الاهداف مهمة في تحقيق اي شيء مـثلا اعطـي لـه كتـاب وقـول لـه ان يقـرأه فى اسبوع وهذا هدف بعيد وان يحدد ساعة يوميـا لقـراءة جـزء منـه وهـذا هـدف قصير المدى عنـدما ينتهـي منـه اخـر الاسـبوع سـيكون سـعيدا انـه حقـق هدفـه ويعلمه قيمة الوقت وتنظيمه.

الفصل الثاني

مهارات تحديد الأهداف والطفل القائد

ماهية الأهداف

الهدف لغة: معناه القصد، أو المرمى، أو الغرض الذي يسعى لتحقيقه وهـو نقطة البداية للعمليات التخطيطية أو التنفيذية للمنهاج. وبهذا فإن الهدف يعني القصد الذي نسعى للوصول إليه.

مفهوم الهدف :-

يعرف الهدف بشكل عام:- بأنه عبارة عن صياغات لفظيـة مجـرده يـضعها واضعها لتحقيق شي ما، ويجب أن تمتاز بالواقعية والوضوح والسلاسة.

ويعطي آخرون تعريف للهدف:- على انه سلوك ايجابي يتوقـع أن يكتـسبه الطالب أو الطالبة نتيجة تفاعله مع موقف ما وتأثره بعناصره.

وهناك مـن يـرى بـان الهـدف التربـوي: - يمثـل المحـصلة النهائيـة للعمليـة التربوية والغاية التي ننشد الوصول إليها في الحياة المدرسية.

وتقسم الأهداف بحسب الوظيفة والمضمون والزمن اللازم لتنفيذها إلى ثلاثة مستويات سنفصلها بعد التعرف على أهمية تحديد الأهداف عند تخطيط وتنفيذ وتقويم الدروس.

الوظائف التي تؤديها الأهداف:

- تمثل السبيل نحو اختيار محتوى الخبرات التعليمية.

- ضرورة لاختيار أوجه النشاط التعليمي المناسبة فوضوح الأهداف وتحديدها بشكل دقيق يساعد المعلم على اختيار الأنشطة التي تمكنه من تحقيق أهداف الدرس.

- تقدم مستويات لما يُعلَّم وكيف يُعلَّم.

- ضرورية للتقويم السليم.

- تساعد في توضيح مستوى التعلم والظروف التي سوف يظهر فيها.

"الأهداف غايات يسعى الفرد إلى تحقيقها , ولكل فرد أهدافه التي تختلف عن أهداف الآخرين "

وتتسم الأهداف بأنها متغيرة تبعاً لمراحل العمر المختلفة, وتبعاً للمستوى الثقافي والعلمي للفرد.

الأهداف التعليمية وتنقسم إلى ثلاثة مستويات هي:

- الأهداف التربوية العامة.
- الأهداف التعليمية العامة.
- الأهداف التدريسية.

الأهداف التربوية العامة:-

هي عبارات تصف نواتج حياتية مرغوبة. ومن أمثلتها أهداف المراحل التعليمية أو البرامج التعليمية.

وتتصف الأهداف التربوية العامة.

بالشمول وصعوبة الملاحظة والقياس والزمن الطويل لتحقيقها ومن أمثلتها:-

- تحقيق النمو السليم للتلميذ في إطار اجتماعي واضح.
- تعميق الفهم لاتجاهات العصر وأساليبه.

- تنمية الثقافة العربية.

الأهداف التعليمية النوعية العامة:-

هـي عبـارات تـصف نـواتج معينـة وتتـصف بالعموميـة وتـرتبط بالنظـام التعليمي والسلم التعليمي تمييزًا لها عن الأهداف التربوية العامة وتصاغ في ضـوء الأهداف التربوية العامة, وهي قصيرة الأمد ومن أمثلتها:-

- معرفة التلميذ بخصائص بيئته المحلية.
- فهم التلاميذ لأساسيات التواصل اللغوي.
- فهم التلاميذ للتطور الحضاري في المجتمعات العالمية.

الأهداف التدريسية:-

هي عبارات سلوكية محددة الصياغة تصف السلوك المرغـوب مـن التلميـذ وشروط حدوث هذا السلوك ومستوى الأداء المطلوب، وتتميز بأنهـا أكـثر تفـصيلاً ودقة وتحديدًا, وترتبط بالمفاهيم والتعميمات المطلوب تعلمها.

تدرج مستويات الأهداف:

- غاية الوجود الإنساني.

- مقاصد المجتمع.

- أهداف التربية العامة.

- أهداف المرحلة التعليمية.

- أهداف المنهج.

- أهداف المقرر.

- أهداف الوحدة التدريسية.

- أهداف الدرس اليومي.

تتابع وتسلسل الأهداف حسب مستوياتها من الغايات إلى المقاصد ثم الأهداف العامة فالأهداف المرحلية وأهداف المقررات الدراسية ثم أهداف الدروس اليومية والتي يقوم المعلم بصياغتها في صورة إجرائية مناسبة.

مصادر اشتقاق الأهداف

تشتق الأهداف التربوية العامة من عدة مصادر:-

1- طبيعة المجتمع ومطالبه:-

أي مجتمع من المجتمعات يتطلب من التربية أن تبصر الناشئة بأوضاعه المختلفة وتحليل خصائص المجتمع, وثقافته مما يلزم للمحافظة على تماسك هذا المجتمع واستمرار تلك الثقافة وفق المعايير والقيم والمبادئ السائدة في مجتمع ما في فترة معينة ولذلك تعتبر التربية وأهدافها انعكاساً لفلسفة المجتمع.

2- طبيعة التلميذ وحاجاته:-

فالتلميذ هو محور العملية التعليمية التربوية, ومحور غايات التربية وبرغم أنه ينظر فيها لصالح المجتمع واستمرار وتقدم الثقافة فيه, إلا أن المجتمع يقوم على أفراده. ومن هنا ينبغي مراعاة طبيعة التلميذ عند اشتقاق غايات التربية وأهدافها, وكذا حاجاته واهتماماته.

3- طبيعة المادة الدراسية:-

فالمادة الدراسية ومجال دراستها يعد جانبًا مهمًا ومصدرًا رئيسًا من مصادر اشتقاق الأهداف، وذلك بما يوضحه عن فلسفة تعلم المادة الدراسية وأركانها, ومكوناتها.

4- القيم الروحية والخلقية في المجتمع:-

القيم تمثل المبادئ والتوجهات الجماعية التي يؤمن بها المجتمع ويعتز بها ويحرص عليها "ومعظم تلك القيم مستمد من الدين والعقيدة في المجتمع الذي يحرص على تطبيقها وتمثل القيم بالنسبة للأفراد على اختلاف معتقداتهم ومذاهبهم المبادئ السامية التي تنير الطريق لوضع وصياغة الأهداف.

5- الإطار القومي والمقومات التاريخية للمجتمع:-

فلكل مجتمع أمة ينتمي إليها ويعتز بذلك الانتماء ويحاول أن يحافظ على قيمها وعاداتها وتقاليدها وأساليب حياتها. لذا وجب على واضعي الأهداف التربوية الاهتمام بالإطار القومي للمجتمع ومقوماته التاريخية.

أنواع الأهداف وتصنيفاتها:-

أولاً:الأهداف العامة:

هي أهداف عامة شديدة العمومية والشمولية , تشير إلى تغيرات كبرى منتظرة في سلوك الفرد وتركز على المتعلم أكثر من تركيزها على ما يتعلمه وتحتاج إلى وقت طويل لتحقيقها , كما يتوقعه النظام التربوي من تحقيق لأهدافه خلال مراحل التعليم المختلفة.

ثانياً: الأهداف المتوسطة (الأهداف التعليمية):

وهي أهداف أقل عمومية , وشمولية من الأهداف العامة وهي أهداف خاصة للمواد الدراسية تتحقق خلال سنة دراسية أو فصل دراسي أو في نهاية وحدة دراسية.

ثالثاً:الأهداف الخاصة (الأهداف السلوكية):

هي أهداف محددة تحديداً دقيقاً قابلة للقياس , وتظهر في سـلوك الفـرد ,

ويسترشد بها المعلم في تدريسه...... [1]

تصنيفات الأهداف التربوية:

تصنف الأهداف التربوية إلا ثلاثة مجالات:

1- المجال المعرفي الفكري:

ويحتوي على تلك الأهداف التي تركز على الناحية الفكرية كالمعرفة والفهم

ومهارات التفكير.

2- المجال الحركي النفسي:

ويـشمل الأهـداف التـي تركـز عـلى مهـارات الحركـة كالكتابـة والطبـع

والسباحة والرسم وتشغيل الآلات.

---

1 د. محمود حسان سعد , التربية العملية بين النظرية والتطبيق ص 121- 122

3- المجال الوجداني التأثري:

ويشمل تلك الأهداف المتعلقة بالعواطف والانفعالات كالرغبات والمواقف والتقدير وطرق التكيُّف.

أولاً: المجال المعرفي الفكري:

يبدأ المجال المعرفي الفكري بناتج بسيط للمعرفة ثم يستمر بالتدريج إلى مستويات أكثر تعقيدًا كالإدراك والتطبيق وانتهاءً بالمستوى الأكثر تعقيدًا وهو التقدير. وهذه المستويات هي:

1- المعرفة: تُعرف بأنها عملية تذكر المعلومات التي تم تعلمها سابقًا ابتداءً من الحقائق المحدودة إلى نظريات متكاملة، والمعرفة تمثل أدنى مستوى من نواتج المجال الفكري.

2- الفهم: هو القدرة على فهم معنى الأشياء، وهذا الفهم يمكن إظهاره عن طريق تحويل المواد من هيئة إلى أخرى مثلاً:

كلمات إلى أرقام – تفسيرها (شرح تلخيص) – تخمين مردوداتها المستقبلية.

نواتج التعلم في هذه الفئة تقع في مستوى أعلى قليلاً مـن مـستوى المعرفـة وهي تمثل أدنى مستوى للفهم.

3- التطبيق: هو القدرة على تطبيق أو استعمال الأمور التـي تـم تعلمهـا في مواقف جديدة، ويشمل هذا التطبيق ما يلي: القواعـد - والطـرق – والمفـاهيم – والمبادئ – والقوانين – والنظريات.

نواتج التعلم في هذه الفئة تتطلب مستوىً من الفهم أعـلى مـن تلـك التـي تقع تحت الفهم.

4- التحليل: هو القدرة على تفكيك المادة إلى أجزائها المختلفـة بغـرض فهـم تركيبها، وهذا يـشمل التعـرف عـلى تلـك الجـزاء وتحليـل العلاقـة بينهـا ومعرفـة الأسس التي تحكم تلك العلاقة.

نواتج التعلم هنا تـشمل مـستوىً فكريًـا أعـلى مـن تلـك التـي تقـع تحـت الإدراك والتطبيق لأنها تتطلب فهمًا لمحتوى وشكل المادة.

5- التركيب: هو القدرة على دمج أجزاء مختلفة مع بعـضها لتكـوين مركـب أو مادة جديدة، وهذا يشمل ما يلي:

الكتابة – التحدث عن موضوع لم يسبق التطرق إليه – إنتاج خطة عمـل –

إنتاج مجموعة من العلاقات المجردة (خطة تصنيف المعلومات).

نواتج التعلم على السلوك الإبداعي للفرد مع التأكيد على تكـوين نمـاذج أو

تراكيب جديدة.

6- التقييم: هو القدرة على إعطاء حكم على قيمة مادة معينة، مثل:

جملة – رواية – قصيدة – تقرير – رأي – غير ذلك.

نواتج التعليم في هذه الفئة تمثل أعلى مـستوى في المجـال الفكـري المعـرفي،

وذلك لاحتوائها على عناصر من جميع الفئات الأخرى إضافة إلى العنصر الذاتي.

ثانيًا: المجال النفسحركي:

عرضـــت "كـــوثر كوجـــك " 1977 تـــصنيفًا للجانـــب الحـــركي النفـــسي

مــأخوذ عــن تــصنيف "سيمبــسون " وتــصنيف " هــارو " وقــد اســتخدمت

المؤلفة تعديلاً من أجل التبسيط والواقعية في ضـوء خبراتهـا العمليـة في ملاحظـة خطوات تكوين المهارات اليدوية والحركية عند التلاميذ.

1- مستوى الملاحظة:

المستوى الأول في المجال النفسي حركي ويـصبح التلميـذ فيـه عـلى وعـي بمـا يحدث حوله أو بما يقدم أمامه من خلال ملاحظته بحواسه المختلفة والتي تمكنـه من إدراك حقائق وتفاصيل ما يحدث كمًا ونوعًا وإجراءات.

ويمكن القول أن هذا المستوي يتطلب من التلميـذ الاسـتعداد للقيـام بـأداء معين وهذا الاستعداد للقيام بأداء معين وهذا الاستعداد يكون ذهنيًـا أو بـدنيًا أو انفعاليًا.

2- مستوى التقليد:

يقوم التلميذ بأداء عمل ما أو جزء من عمل مقـدمًا نفـس الخطـوات التـي شاهدها أمامه , ولا يتوقـع مـن التلميـذ هنـا الإتقـان أو الإجـادة، ولكـن التكـرار للعمل تحت الإشراف الدقيق من قبل معلمه.

3- مستوى التجريب:

يتطلب هذا المستوي أن ترفع المرافقة والإشراف عن التلميذ تدريجيًا بحيث يعمل التلميذ بشيء من الحرية والتصرف والكفاءة والثقة.

4- مستوى الممارسة:

وفي هذا المستوى يبدأ التلميذ تكوين المهارة فعلاً ويصبح الأداء تلقائي , وتصبح تأدية العمل الذي يقوم به بشكل ميكانيكي أي تصبح استجابة عادة, ومن مظاهر هذا المستوي زيادة سرعة العمل , قلة الخطأ , زيادة الإنتاج , قلة المجهود المبذول في العمل. ويتطلب هذا المستوي من التلميذ تكرار أداء العمل فيتعوده ويألفه.

5- الإتقان:

هذا المستوى هو الدلالة على تكوين المهارة حيث يكون أداء التلميذ مصحوبًا بالسهولة والسرعة والآلية في الأداء إلى جانب الجودة والإتقان والاقتصاد في الخامات والزمن والمجهود , كما استجابة التلميذ في هذا المستوي بقلة الأخطاء وزيادة الإنتاج.

6- الإبداع:

قدرة التلميذ على تطوير وإحداث نماذج حركية تـتلاءم مـع واقـع معـين أو مسألة معينة وتنتج القدرة على الإبداع من الإتقان الكامل للمهارة والثقة بالنفس والابتكار والحداثة.

ثالثًا:المجال الوجداني (البعد الغائب في العملية التعليمية):

يهتم القائمون عـلى العمليـة التعليميـة بالجانـب المعـرفي مهملـين الجانـب الوجداني , ويتعاملون مع التلميذ ككائن معرفي غافلين أن التلميذ بشر له مـشاعر وقيم ومبادئ واتجاهات وأن اكتساب المعرفة لا يتم من أجل المعرفة بل من أجل اتجاه ما نحوها أو قبول أو رفض مفهوم أو مبدأ أو نظرية , والتلميذ حيـنما يـأتي من المنزل للمدرسة يأتي بعقله ومشاعره وقيمه واتجاهاتـه ومهاراتـه , وكـل ذلـك يؤدي دورًا هامًا في دافعيته نحو التعلم وعلاقاته داخل المدرسة.

إلا أن هناك صعوبات يتحدث عنها القائمون عـلى العمليـة التعليميـة فـيما يتعلق بالأهداف الوجدانية وتقويمها منها:

- العمومية بالنسبة للأهداف الوجدانية وبالتالي صعوبة تجزئتها وإخضاعها للقياس بصورة سليمة.

- الفكر السائد لدي الكثيرين من التربويين من أن تحقيق الأهداف المعرفية كفيل بتعديل السلوكيات والمشاعر والاتجاهات الوجدانية لدي المتعلم.

- الجوانب الوجدانية المتضمنة للقيم والاتجاهات والميول تحتاج لوقت طويل نسبيًا من أجل تحقيقها , وبالتالي لا تظهر إلا بمرور فترة من زمنية طويلة عكس الأهداف المعرفية التي يمكن أن تحدث في فترة محدودة.

- صعوبة تقويم الجوانب الوجدانية حيث تتطلب أساليب اختبارية معينة لا يستطيع العديد من المعلمين تصميمها أو تطبيقها , كما تعتمد بصورة كبيرة على ملاحظة السلوك عمليًا وبصورة غير مقصودة.

- يري البعض أن الاهتمام بالتدريس القيم قد يتعارض بين أصحاب المعتقدات الدينية كما يري البعض أن يعد بمثابة تدخل في الشئون الخاصة للمتعلم.

○ صعوبة إحداث تغير سلوكي وجداني وبالتالي تقويمه وقياسه فقياس اتجاهات نحو التعاون والعلم والبحث والمشاركة والتنافس يختلف عن تعلم الحقائق والمفاهيم والقوانين والرموز والنظريات.

تصنيف البعد الوجداني:

يشير هذا الجانب إلى الناحية الوجدانية من السلوك كالفنون التي تخاطب الأحاسيس والمشاعر في الحديث عن تنظيم وتصنيف جانب الأحاسيس والمشاعر يجب أن نضع في عين الاعتبار مفهوم التذويب أي العملية التي بواسطتها يجعل الفرد شيئًا ما جزءًا من بنيانه الداخلي والاستجابة له بشيء أكب من مجرد القبول أو أخذ العلم به.

وقد قام مجموعة من التربويين وعلماء النفس وعلى رأسهم " ديفيد كراثول "بتطوير مصنفًا للنواتج العاطفية لعملية التعلم في مجموعة من الفئات, كما قامت " كوثر كوجك " 1977 بتطوير مصنف للأهداف الوجدانية في ضوء تصنيف " كراثول " , وهو ما سيتم تناوله في العرض الحالي لمنطقية وسهولة في عملية التعلم , وقابليته للاستخدام من قبل

المعلمين حيث قسمت المؤلفة المستويات إلى ست درجات تبدأ بالانتباه , ثم التقبل, ثم الاهتمام, ثم تكوين الاتجاه , ثم تكوين النظام القيمي ثم السلوك القيمي.

1- مستوى الانتباه:

وفيه يتم جذب انتباه المتعلم إلى مثير ما بطريقة حسية بصرية سمعية...إلخ , وبما يثير حماس المتعلم للمعرفة عن هذا المثير , ويتراوح نواتج التعلم لهذا المستوي من الشعور البسيط بوجود الأشياء إلى الانتباه بعناية لما يقوله الآخرون أي أن هذا المستوي يعتمد على التلقي والإنصات بغية التعرف على خصائص المثير قيد الاهتمام.

2- مستوى التقبل:

يتطلب هذا المستوي قيام التلميذ باستجابة طواعية للمثير والتي تحقق إشباعًا له , أي المشاركة الحية من قبل المتعلم. كما يظهر من خلال الاستجابة ميول واهتمامات المتعلم نحو البحث عن أنشطة تشبع حاجاته التي تولدت من خلال المثير , وتندرج الاستجابة في هذا المستوي من كونها استجابة

مفروضة أو مطلوبة من التلميذ إلى استجابة طواعية ونواتج التعلم في هذه الفئـة تحاول التركيز على النواحي التعليمية.

أ- الإذعان للاستجابة قراءة المادة المطلوب تحضيرها.

ب- الرغبة في الاستجابة قراءة طولية لأكثر ما يتطلبه تحضيره.

ت- الارتياح للاستجابة القراءة لغرض التسلية.

1- مستوى الاهتمام:

يتميز سلوك التلميذ في هذا المستوى بالفعاليـة والاتجـاه , ويبـدو اهتمامـه واضحًا من خلال الرغبة في معرفة المزيد من الجوانب عن المثـير الـذي أثـاره مـن قبل وتظهر المزيد من الأسئلة والمناقـشات حـول ذلـك والاسـتعداد لبـذل الوقـت والجهد في كل عمل يرتبط بمعرفة عن المثير.

2- مستوى تكوين الاتجاه:

هــذا المــستوى يهــتم بــإدراك وتقــدير التلميــذ للموضــوع أو الظــاهرة تقديرًا ذاتيًا ويتراوح التقدير هنا من القبول البـسيط للقيمـة (الرغبـة في تحـسين

المهارات) إلى مستوي معقد في الفئة (افتراض المسئولية عن عمل شيء معين).

3- مستوى تكوين النظام القيمي:

في هذا المستوى تظهر اعتقادات الفرد بالنسبة للاتجاه الذي كونه , ويرتبط الانفعال على هذا المستوي بتكوين القيم , ولكن نظرًا لأن الفرد يكون في كل مرحلة من مراحل عمره المختلفة عديدًا من القيم , والتي تتوافق أو تتعارض معًا فلابد أن تستقر هذه القيم في دخيلة الإنسان بشكل سوي , وفي نظام يرتضيه هذا الإنسان لنفسه , وهذا ما يعبر عنه بتكوين النظام القيمي.

4- مستوى السلوك القيمي:

هذا المستوى يعرض المتعلم أن لديه نظامًا قيميًا معينًا يحكم سلوكه لفترة كافية , ويكون سلوكه في هذا المستوى أقرب إلى الثبات والتعميم وتعتبر أعلى مستويات المجال الوجداني , وفيه تتكامل الأفكار والاتجاهات والمعتقدات والقيم وتعطي النواتج التعليمية في هذا المستوي مدى واسعًا

من النشاطات إلا أن التركيز الأساسي هو على نمطية السلوك وكونه دالًا على الشخصية الكلية للمتعلم.

نصائح لتحديد الاهداف عند الاطفال

- يجب ان نشرح للطفل قيمة الوقت وان الوقت قد يضيع بدون تحقيق شيء مهم فكن دقيق في تحديد المواعيد لان الوقت من اهم خطوات نجاح الهدف فالاطفال لا يشعرون بمرو الزمن مثل الكبار

- حث اطفالك على كتابة اهدافهم واذا كانو صغارا في سن دراسي صغير لا يعرفون الكتابة اكتب بدلا منهم وهم من يملوا عليك اهدافهم ولا تنسي ان يكون الخط كبير وتعلق في مكان يشاهده الطفل يوميا وتذكره به

- يجب الا تتدخل في املاء اهداف على الطفل ولكن اترك له مساهة من طرح اهدافه وكن دقيقا في التدخل بحيث ان توجه لا تتدخل واذا كانت الاهداف كبيرة يمكن تقسيمها الى اهداف صغيرا مثلا طفلا عنده سمنة

ويريد ان يقل وزنه نقسم ذلك بشرح لن يقل وزنك بين يوما وليلة يمكن هذا الاسبوع ان نقل من نصف كيلو الى كيلو حسب ارشادات الطبيب او ان يكون الطفل يريد حفظ جميع كلمات الكتاب فنقول له كل يوم نبدأ بحفظ 5 كلمات او حسب مقدرته العمرية هكذا سيتعلم الصبر حتى يحصل على الهدف وهكذا

- ساعد طفلك فى تحقيق اهدافه بدون ان يشعر انها رغبتك انت و ليست رغبته بأن تعقد معه اتفاق اننا سننجز المهام لانك ابني تريد ان تحققها وستقدر بإذن الله انا اثق بك وغدا احتاج الى مساعدة في المذاكرة او اي هدف مثل ذهابه الى مكان تدريب رياضته المفضلة فهي هدف ايضا فأنت بذلك تساعده مساعدة غير مباشرة ولكن لا تضغط عليه حتى لا يكره اهدافه ويكسل عن تحقيقها

- اخيرا يجب ان تكون قدوة لطفلك بأن تشرح له كيف ان كان لك اهداف في الصغر وقد حققت منها القليل او الكثير وستحقق باقي اهدافك والانسان مهما كان عمره لابد ان يكون عنده اهداف ويعيش لتحقيقها وقد

كان هدفى النجاح وحدث والحمد لله بتوفيق من اللــه ثـم تكـوين اسرة واللــه وفقني فى ذلـك ايـضا وتحثـه عـلى التوكـل عـلى اللــه في كـل شيء وبـإذن اللــه ستتحقق اهدافك

معرفة الفرق بين الهدف الإيجابي والهدف السلبي

إن اختيار الهدف يأتي دائمًا بعـد المـشاورات، عـبر مجموعـة مـن الجلـسات العائلية، حتى نصل إلى القرار الـسليم، وهـذه الجلـسات ينبغـي أن تقـام في جـوٍّ عائلي خـالٍ مـن التـوتر، وخـالٍ مـن المـشاحنات، وتحديـد الهـدف نفـسه، سـواء أكان إيجابيًّا أو سـلبيًّا، يـأتي بعـد الجلـوس والمُناقَـشة مـع الطفـل نفـسه؛ بمعنـى لو تناقشْتُ مع الطفل ووجدتـه مقتنعًـا بـرأي أو بهـدف سـلبي فـأقوم بمُحـاورة الطفل: لمـاذا اخـترت هـذا الهـدف؟ وبمـاذا سـوف يُفيـدك في المـستقبل؟ وبالتـالي يحاول الأهل إقناع الطفـل بعكـس مـا هـو مُقتنِـع بـه، وإقناعـه بهـدف صـحيح، ولكن بعيدًا عن أن تقـوم الأسرة بفـرض هـذا الـرأي عـلى الطفـل حتـى ولـو كـان صـحيحًا، ولكـن لا بـدَّ أن يقـوم الطفـل بتبنِّـي هـذا الـرأي وهـذا الهـدف؛ لأنـه

يريد ذلك الهدف، وذلك من خلال طرح بعض الأسئلة عليه، وهكـذا حتـى يختـار الطفل الرأي الصواب.

كيف أعلّم طفلي استثمار وقته لتحقيق أهدافه ؟؟

السؤال الذي يجـب أن يُطـرح.. هـل يملـك طفلـك رؤيـة واضـحة لأهدافـه ؟؟ و مـا هـي الأهـداف التـي مـن المفـترض أن يفكـر فيهـا و يطمـح إليهـا الأطفال ؟؟

بشكل عام أغلب الأطفال لا يعلمون معنى التخطيط للأهـداف و يبـدؤون بتعلّم هذه المهارة في سنوات المراهقة التّالية للطفولة لأن تعلّم هذه المهارة بـاكراً في سنوات الطفولة الأولى يعتمد أولاً على البيئـة المحيطـة... فالطفـل الـذي يملـك والداه رؤية واضحة لأهـدافهما و قـدرة لتنظـيم الوقـت و الجهـد لتحقيـق هـذه الأهداف غالباً ما يفكّر أطفالهم بدورهم في الحياة و يكـون لـديهم قـدرة مبكـرة للتخطـيط و وضـع لائحـة بالأهـداف القريبـة المـدى و البعيـدة المـدى

بالإضـافة إلى تـأثير المدرسـة و الرفـاق في تقـدير أهميّـة الأهـداف و ضرورتهـا في صناعة النّجاح:

1. ابدأ بتدريب طفلك على التفكير في المغزى مـن الأعـمال التـي يقـوم بهـا بشكل يومي

مثلاً.. يريد الذهاب إلى منزل صديقه.. اطرح هذه الأسئلة:

مالذي ستستفيده من زيارة هذا الصّديق

كم من الوقت تنوي البقاء في منزله

ما هي الألعاب التي تنوي اللّعب بها مع صديقك

مالذي سترتديه و لماذا ؟؟

أو مثلا يريد مشاهدة برنامج ما من برامج التلفاز.. اطرح أسئلة

لماذا تريد أن تشاهد هذا البرنامج بالذّات

مالفائدة التي تحصل عليها من مشاهدته ؟؟؟ و هكذا......

2. ابدأ بتعليم طفلك التخطيط بتدريبه على وضع هدف لأي عمل يقوم به

- كم تظن أنك ستحصل على مجموع درجات في هذا العام؟

- كم ستجلس أمام التلفاز وماذا ستشاهد؟

- بكم نقطة ستفوز في لعبة كذا؟

3. نلفت نظره منذ الطفولة المبكرة لوضع أهداف لحياته و مستقبله و خلال فترة المراهقة نناقشه في أهدافه المستقبلية

ماذا تريد أن تعمل مستقبلاً؟

ما هي أحلامك المستقبلية؟

كيف تتخيل نفسك بعد عشر سنوات وأين ستكون؟

و من المهم جداً إفهام الطفل أنه خليفة في هذه الأرض خلقـه اللــه تعـالى ليعمّرها و أن ترك بصمته الإيجابية في هـذه الحيـاة و خدمـة البـشرية عبـادة لله تعالى و طريق لدخول جنة الدنيا و الآخرة

4. من النشاطات الممتعة التي تقوم بها مع طفلك وضع برنامج فيه جـدول زمني متوازن لمهام الطفل و مواعيد دراسته و لعبه بشكل واقعـي يلبّـي حاجاتـه من حيث اللّعب و النّشاطات و يجب أن يكون البرنامج مرناً قابلاً للتعديل

مثال: السّاعة الخامسة: الاستيقاظ و الصلاة و تناول الفطور

السّاعة السّادسة: قراءة كتاب

السّاعة الثّامنة: نشاط ترفيهي...... و هكـذا حتـى تكتمـل سـاعات اليـوم و نصل إلى وقت النوم

وضع هذه البرامج ينمّي في الطّفل تقدير الوقت و ربط العمل بوقت محدد و هي من الخصال التي تتميز بها الشخصيّات الناجحة فالخطّة تظلّ أحلاماً مجرّدة إن لم تترجم في خطط مرتبطة بتوقيتات محدّدة

5. وضع أساليب و طرق و بدائل للوصول إلى الأهداف التي يريدها طفلك.. فإن كان هدفه مثلاً الحصول على درجة 100 في الرياضيات نبدأ بمناقشة الطرق التي تساعده على الوصول إلى هدفه مثل: الالتحاق بدورة تقوية في الرياضيات.. الالتحاق بحلقات دراسية بعد المدرسة مع الأصدقاء.. تقوية ذاكرته و رفع مستوى استيعابه بالالتحاق ببرامج تحفيز الدماغ مثل الحساب الذهني و الذاكرة الخارقة و ما شابه

6. لا بأس من تذكير طفلك بالتحديات التي قد تواجهه في طريق تحقيق هدفه لبحث الأساليب التي من الممكن أن يتّبعها في حال حصول طارئ ما مع تبيان أنّ وجود الصعوبات لا يجب أن يثنيه عن الاستمرار في طريقه أو يدبّ اليأس في نفسه و الفت نظره إلى أنّ وجود المطبات في طريق

النّجاح أمر طبيعي لابد منه... فكّرا معاً كيف نتجاوز المشكلة و نقلّل من آثارها

7. علّم طفلك كيف يحصر المهام المطلوبة منـه، وكيـف يرتّبهـا في أولويـات، فالمهم العاجل أولاً، ثم المهم غير العاجل، فالأقل أهميّة.. وهكذا.

8. من المهـم جـداً تعلـيم الطفـل ثوابـت التخطـيط بدايـة مـن ذهابـه إلى الحضانة، كيف ينظم وقت الصباح في الإعداد للذهاب إلى المدرسة.

- دخول الحمام وغسْل الوجه و الأسنان.

- إعداد حقيبة المدرسة و الشطائر (علمه كيف يعدها بنفسه).

- ارتداء ملابسه.

- الفطور

- ثم الذهاب إلى المدرسة في الموعد المحدد

و لا ننسى أن اعتماد الطفل على نفسه في ترتيـب غرفتـه و ملابـسه يعـوده على ترتيب وتنظيم الأفكار مستقبلاً.

كلّما كانت المهام روتينية ومنظّمـة وتنفّـذ يوميّـاً بـشكل مـنظّم، كلّـما كـان اعتياده عليها أسرع، وكلّما كان انضباطه أكثر سهولة.

9. من الممتع و المفيد مشاركة الطفل التخطيط للـرّحلات و مـستلزماتها أو السّفر و تحضير حقائبه و ما يحتاج إليه في الرحلة

أكثر ما يميز الأشخاص الناجحين في حياتهم هي قدرتهم على حـل المـشكلات التي تواجههم ما يدفعهم للاستمرار بالنجـاح. يركـز المختـصون في تنميـة التفكـير على اهمية تنمية هذه المهارة عند الشخص منذ مراحل طفولته المبكرة، التي مـن شانها ان تساعد بزيادة ذكائه وتقديره لذاته وعدم استسلامه للـسلبية، وهـو أمـر يقع على عاتق الأهل بالدرجة الأولى بالشراكة مع الحضانة.

وحين نتحدث عن تنمية هذه المهارة لدى الطفل، فيجب أن نستثمر وجـود مشكلة حقيقية لديه في استخدام شيء أو التعامل مع شخص لا يحبه عـلى سـبيل المثال.

فـإن جـاء طفلـك يـشتكي مـن عـدم تقبلـه لزميـل في الحـضانة، بإمكانـك التدخل بطريقتين بينهما فرق كبير. الطريقـة الأولى، أن تتـدخل مبـاشرة بـصفتك ولي أمـره وتطلــب مــن مــربي الحــضانة حــل المــشكلة دون تــدخل الطفــل،

أما الطريقـة الثانيـة فهـي محاولـة حـل المـشكلة مـع صـغيرك مـن خـلال حـوار سيساعده في تخطي مشكلات مشابهة في المستقبل.

ويكون ذلك بتوجيه مجموعة من الأسـئلة لـه أهمهـا "لمـاذا لا تتقبـل هـذا الطفل؟"، و"كيف يمكن أن تصبحوا أصدقاء برأيك؟"، و"كيف يمكننـي أن أسـاعدك أنا والمربي لتصبحوا أصدقاء؟" وفي حال اقترح الطفل حلولاً لمشكلته، أشعره أنه قام بعمل رائع وأخبره كم هو ذكي.

لاشك أنك لاحظت الفرق بين الطريقتين، فالأولى تجعله يعتمد على الآخرين لحل مشكلاته، بينما تحفزه الثانية على التفكير بحلول منطقية من وجهة نظره.

في البداية تكون قدرة الطفل على حل مشكلاته محدودة، لكـن بقليـل مـن الصبر والتدريب ستلاحظ تطور ذكائه وابتكاره حلولاً أفضل لأنك ببساطة حفـزتَ دماغه على التفكير.

وإلى جانب مواجهة المواقف في الحياة اليومية للطفـل، يمكـن التعـاون مـع الحضانة لتنمية مهارة حل المشكلات، من خلال القصص التي تعرض نماذج لطيور أو حيوانات محببة للطفل وقعت في مشكلة ما وفكـرت حتـى وصـلت إلى الحـل، كما يمكن استثمار الألعاب لتنمية هذه المهارة، خاصة تلك التي تعتمد على الفـك والتركيب، وتكوين الأشكال، وألعاب التركيز.

لذا احرص على اختيار الحضانة التي تعتمد على هذه الأساليب في التعلـيم، كالمتوفرة لدينا في حضانة "ليتل أكاديمي نرسري"، حيث نعتمد عـلى اسـتراتيجيات التعلم الفعال التي تدرب الطفل على حل مشكلاته وتنمية تفكيره.وهنـاك بعـض الطرق الجوهرية التي يمكن أن يتبعها الكبار لتعزيز النمو المعرفي لـدى الأطفـال، فإذا فقدت أي واحـدة مـن حلقـات هـذه الطـرق فـإن القـدرة المعرفيـة للطفـل ستضعف، وهذه الطرق هي[2]:

1- مـساعدة الطفـل لـيرى Helping the Child to See: إن الـنمط الطبيعـــي للرؤيـــة عنـــد الطفـــل هـــو تفحـــص البيئـــة المحيطـــة حولـــه.

[2] Fishers R. (2005). Teaching Children to Think, London: Nelson Thornes Ltd.

ويحتاج الأطفال الى مساعدة للتركيز وعادة تقوم الأم بمساعدة طفلها في التركيز على الأشياء بحثه على ملاحقة عينيها وحركات جسمها ومثل هذا النموذج يسمى التركيز بالوسيط وغياب هذا الوسيط في مساعدة الأطفال لتركيز انتباههم على كل شي يمكن أن يكون له تأثيره العميق، ويعني أن الطفل ينمو بمهارات إدراكية ضعيفة بضمنها ضبابية الإدراك. فالمهارات الإدراكية ضرورية في تمييز الأشكال والنماذج، وللمقارنة بإيجاد أوجه الشبه والإختلاف بين الأشياء في البيئة. والأطفال الذين تنقصهم الوساطة الفاعلة يجدون صعوبة في إستخدام الشئ بل ربما معرفة وجوده فقط ويجدون صعوبة في التمييز والإختيار، ويجدون صعوبة أيضاً في الأداء القائم على المنطق أو التفكير الناقد، وفي وضع الأشياء وفق تصنيفات ذهنية منطقية. ويمكن للمعلم أو الوالدين مساعدة الطفل في النظر الى مافوق سطح الأشياء بطريقة أكثر تحديداً وأكثر قرباً ودقة.

2- مساعدة الطفل في الإختيار Helping the Child to Select:

لايتمكن الأطفال من التركيز على كل مثير من حولهم ولذلك

فهم يتعلمون الإعتماد على الإستجابات العشوائية دون تفكير. إنهم ينظرون لكـن لايرون واسـتجاباتهم تـصبح ضـبابية وبـدون تركيـز، ويكونـون غـير قـادرين عـلى الإختيار، وغير مهتمين وغير مركزين. ولكـن مهـارة الإختيـار ممكـن تعليمهـا مـن خلال تقديم نموذج السلوك الذي يقوم به الكبار. ومن خلال الوساطة وبالتـدريج يشجع الطفل على التفكير والتركيـز لنفـسه. وللمـساعدة في هـذه العمليـة يجـب التركيز على الحاجة الى البحث عن معلومات بطريقة واعية ونقل هذه المعلومات بعناية ودقة وتشجيع الأطفال على السؤال والبحث والإستكشاف.

3- مـساعدة الطفـل في التخطـيط Helping the Child to Plan:

بينـت الدراسـات المتعلقـة بالأطفـال الـذين يعـانون مـن صـعوبة الـتعلم بـأن أكثر الـصفات شـيوعا بيـنهم هـي القـصور في سـلوك التخطـيط. وعنـدما يطلـب مـن هـؤلاء الأطفـال عمـل خطـة فـإن أداءاتهـم غالبـاً ماتتحـسن. لكـنهم نـادراً مـا يقومـون بـالتخطيط الـذاتي. ولـذلك فـإن تعلـم التخطـيط يبـدأ كخـبرة وسيطة فعـلى الآبـاء والأمهـات غـرس الحاجـة لـدى أطفـالهم في ترتيـب حيـاتهم

وذلك في وقت مبكر من العمر: مثل الغسيل قبل النوم، وغسل اليدين قبل الأكل، وغسل اليدين بعد استخدام دورة المياه.. الخ فالروتين يعزز التعلم، فالإتفاقية التي تعقد بين الإم أو الأب والطفل حول تنظيم حياته تصبح عملية ذاتية وروتين يعتاد عليه الطفل منذ الصغر ويتعلم الطفل من أنه يعيش في عالم منظم في أحداثه وتنشأ لديه مهارة التخطيط المسبق وتمثيل المستقبل في فترات زمنية نظرية. فالطفل يتمكن من أن يصنع في ذهنه هدف ما والتخطيط للأحداث التي تقود الى تحقيق ذلك الهدف. ويقوم الوالدان بتعزيز هذه العملية بتشجيع أطفالهما بالتخطيط للإجازات، ولرحلات التسوق قبل يوم أو إسبوع من ذلك. والأطفال يمكن أن يتعلموا قيمة التنبؤ الإيجابي.

4- مساعدة الطفل في تنمية السيطرة الذاتية

Helping the Child to Develop Self-Control

يحتاج الأطفال الى استثمار أكثر وقتاً وطاقة لإدراك وتعريف المشكلات لتقوية طرق تفكيرهم ولتعزيز يقظتهم وقدرتهم على التأمل. والشعار الذي مفاده خذ وقتاً للتفكير (Take Time to Think)

يمكن أن يستفاد منه في البيت والمدرسة وبدون وساطة للسيطرة الذاتية (أي توجيه من الكبار) تكون حياة الأطفال محكومة بالتهور والعجلة في البت في الأمور، والتلون في المزاج، وعدم السيطرة على السلوك، وسرعة الدخول الى مواقف الصراع مع الآخرين. ولذلك علينا تعليمهم وتدريبهم على احترام الدور وإنتظار الآخرين في أخذ دورهم، وعدم الإستحواذ على الأشياء بالقوة، وكل الأمور التي تتعلق بالآداب العامة والتقاليد المتعارف عليها. وهذا التعليم والتدريب يساعد الأطفال في السيطرة على ذواتهم مدى الحياة، ويساعدهم في تكوين فكرة عن عواقب أعمالهم قبل الشروع بها. إن وساطة الكبار في تنمية السيطرة الذاتية يساعد في التنمية المعرفية، فالتوجيه السلبي كالقول: (لا تفعل ذلك مرة أخرى) لايعلم الطفل شيئاً، فعلينا تعليم الأطفال مفهوم السبب والنتيجة، كالقول: (لاتفعل ذلك لأنك إذا فعلت سيحصل كذا وكذا وإذا حصل كذا وكذا سيقود الى...) هذه السلسلة من النتائج ستدفع الطفل الى التفكير قبل الإقدام على أي فعل.

5- مساعدة الطفل في تنمية الحذر والدقة

Helping the Child to Develop and Precision

غالباً ما يستخدم الكبار بعض الكلمات المنطوقة في مساعدة الأطفال في الإهتمام والعناية وتطوير دقتهم في التفكير ومن هذه الكلمات المستخدمة: أنظر، إصغِ، فكر بعناية، لاتتعجل. ويصر الآباء والأمهات على أطفالهم بتوخي الدقة في وصف أو قول مايريدون بالضبط بدلاً من مجرد الإشارة بشكل عابر أو التمتمة أو الحديث بتلكؤ وتعثر. والاطفال يتعلمون مراعاة الدقة والوضوح بسرعة فيما لو تابع الآباء والأمهات والمعلمين توجيههم وتعويدهم على التفكير بما يريدون قوله والإفصاح عنه بوضوح وتحديده بدقة.

وتتسم عملية التعلم بثلاثة خطوات أو عمليات عملية وهذه الخطوات هي: المدخلات، والإستضافة، والمخرجات.

أولاً/ المدخلات Input: هي عملية جمع المعلومات

1- الإدراك الواضح- استخدام الفرد لكل حواسه لجمع معلومات واضحة وكاملة.

2- التفحص النظامي- استخدام خطة محكمة لتجنب النسيان أو فقدان بعض المعلومات بعدم الإنتباه لها أو بسبب نسيانها، ولتجنب التكرار.

3- العنونة Labelling: وضع رموز أو عناوين للأشياء للتمكن من تمييزها بسرعة.

4- التهيئة المكانية Spatial Orientation: وصف الأماكن التي توجد فيها الأشياء والمعلومات أو تحدث فيها.

5- التهيئة الزمنية Temporal Orientation: وصف متى تحدث الأشياء.

6- الحفاظ على الحجم والشكل Conservation of Size and Shape: تحديد مواصفات الأشياء لتبقى دائماً كما هي.

7- استخدام مصادر المعلومات Using Sources of Information: الأخذ بعين الإعتبار أكثر من شئ واحد في الوقت الواحد.

8- الإتقان والدقة Precision and Accuracy: ملاحظة وتوخي الدقة في جمع البيانات وإتقان العمل.

ثانياً- الاستفاضة Elaboration: هي سلسلة العمليات التي تمر بها المدخلات أي توظيف المعلومات.

1- تعريف المشكلة أو المهمة.

2- طرح مجموعة من الخيارات ذات صلة بالموضوع.

3- تصور خريطة ذهنية، أي رسم الفرد صورة في العقل حول مايبحث عنه أو يعمله.

4- عمل خطة بضمنها خطوات تحقيق الهدف المنشود.

5- تذكر أجزاء مختلفة من المعلومات وتوسيع الفرد لمجاله العقلي.

6- البحث عن العلاقات وربط الأشياء والأحداث والخبرات.

7- المقارنة بين أوجه الشبه والإختلاف.

8- التصنيف أي إيجاد أي صنف يتفق مع غيره.

9- التفكير الإفتراضي ويعني الأخذ بعين الإعتبار الإحتمالات المختلفة وعواقبها.

10- استخدام الأدلة المنطقية في إثبات الأفكار أو الدفاع عنها.

ثالثاً/ المخرجات Output: طرح الحلول

1- التغلب على عقبات الاتصال الذاتي بإستخدام لغة واضحة ودقيقة.

2- فحص التجربة والخطأ عن طريق التفكير السليم والتأمل.

3- ضبط السلوك الاندفاعي أو التهوري عن طريق المراقبة الذاتية والسيطرة على النفس.

4- التغلب على العقبات باستخدام إستراتيجيات معينة كترك المشكلة والعودة لها فيما بعد.

5- على الفرد أن يكون واضحاً ودقيقاً في إستجاباته.

إن خطوة المدخلات هي قدرة الطفل على جمع وتنظيم المعلومات فغالباً مايفشل الأطفال في حل المشكلات بسبب جمعهم جزء من المعلومات والبيانات فقط. ولمساعدة الأطفال في جمع وتفسير المعلومات علينا أن نقدم لهم أدوات لفظية (توجيه لفظي) لتوسيع فهمهم للأشياء وللكلمات المستخدمة مثل: التفاصيل (Details) والمواصفات (Characteristics) والهوية (Identity) والسبب (Cause) والنظرية (Theory) والرموز (Symbols) فمثل هذه الكلمات تعتبر أدوات تساعد الطفل في الحصول على البيانات اللازمة والتفريق بينها. والطرق الوسيطة التي يمكننا أن نستخدمها مع الأطفال لمساعدتهم في ذلك تشتمل على سؤال الأطفال تلخيص قصة ما لنرى فيما إذا أدركوا محتوى القصة بكاملها، والمواصفات المفتاحية للقصة، والأحداث والافكار التي ماوراء القصة، وفيما إذا يتمكنون من التفريق بين شخصيات القصة، وفيما إذا يدركون هدف الكاتب من كتابة القصة.

فالأطفال بحاجة الى من يساعدهم على الإلهام ليتمكنوا من الربط بين الأحداث المتفرقة لخبراتهم، ولربط وتنظيم بناء فهمهم. أما خطوة المخرجات فهي عندما يناقش الاطفال تفكيرهم ويتقاسمون الأفكار فيما بينهم، ويجدون الحلول بأنفسهم. فالحاجة موجودة ولكن التعبير أو المخرجات قد لايشبع تلك الحاجة. فأحد أسباب الفشل هو ضعف أو غياب الدقة والإتقان، كما ان الطفل لايبذل جهداً في التعبير عن نفسه بموضوع فهو يفترض أن كل واحد يفهمه. وهناك أسباب أخرى هي الضعف العاطفي والذي يعني عدم الأمان الذي يعبر عنه بالسلوك التهوري وغياب التعاون مع الآخرين، والضعف في مهارات الإتصال اللفظية التي تعزى الى عدم إمتلاك الطفل مفردات لغوية كافية تمكنه من التعبير التام عن المعاني والتصنيف وربط الكلمات مع بعضها البعض. لتوضيح أفكاره ووجهات نظره. بالإضافة الى ضعف المدخلات والإستفاضة، أو المخرجات مثل: الإرهاق الذي يعاني منه الطفل والضغوط وضعف الدافعية كأسباب تؤدي الى ضعف المخرجات. علينا أن

نميز بين عدم قدرة الطفل في القيام بالمهام التي تتطلب مجهود عقلي وبين مستوى الذكاء لديه. فبعض الأطفال لديهم صعوبات عقلية أو تصور معرفي ومثل هؤلاء الأطفال يحتاجون الى نشاطات تساعدهم في الإثراء العقلي الذي يعانون من النقص فيه. ومثل هذه النشاطات قد تكون على شكل ألعاب ذهنية متنوعة تشتمل على التصنيف، والمقارنة، والتنظيم، وإيجاد العلاقات بين الأشياء والكلمات والأرقام...الخ وقد تكون تلك النشاطات مقدمة للأطفال على شكل أسئلة تطرح عليهم لتعميق تفكيرهم مثل:

- ماهي المشكلة؟
- أي استراتيجية أو طريقة تستخدمها أنت؟
- هل نظرت الى طرق مختلفة لمعالجة الأمر؟
- أي خطة رسمتها لعمل المهمة؟
- أي طريقة تتصور أنها الأحسن للوصول الى الحل السليم؟

وهـذه النـشاطات تعمـل كوسـيط لمـساعدة الأطفـال في إكتـساب مهـارات التفكير السليمة وتوخي الدقة والوضوح في طرح أفكارهم.

أساليب اكتساب الطفل مهارة حل المشكلات

-من خلال اللعب: لقد كثر الحديث عن أهمية اللعب كأسلوب للتعلم علي اعتبار أن كل ما يقوم به الطفل في عبارة عن لعب يؤدى إلي الملاحظة والاسـتنتاج والاكتشاف والابتكار وحـل المـشكلات. والمقـصود باتخـاذ اللعـب أسـلوبا للـتعلم والتعليم هو أن يستغل النـشاط الفطـري للطفـل أي اللعـب في تحقيـق أهـداف المنهج في شتي مجالات النمو. فمن خلال اللعب يجمع الطفل معلوماته ويعالجهـا ويكتسب مهارات عقلية جديدة وهو يمارس مهارات سبق لـه اكتـسابها، وفي إطـار اللعب تنمو قدرة الطفل عـلي فهـم الرمـوز واسـتغلالها في ابتكـار رمـوز وعلاقـات يوظفها في فهمه المتنـامي لطبيعـة الأشـياء، أي أن للعـب وظيفـة مهمـة في تنميـة الابتكار ية والمرونة، أما من الناحية الاجتماعيـة، فـإن اللعـب يـساعد الطفـل عـلي فهم وتجريب أدوار اجتماعية مختلفة. وهناك اللعب الحركي الذي يقوم بدور هام

في تنمية مهارات الطفل الجسمية والحركية، عدا ما يقدمه من فرص للتخلص من القلق والتوتر والتعبير عن المشاعر بأنواعها.

-الملاحظة والاستنتاج: فيتعلم الأطفال الصغار الملاحظة الجيدة يحسن من قدرتهم علي جمع المعلومات عن بيئتهم، وهذه خطوة أولي نحو تحليل المعلومات ومعالجتها للتوصل إلي حل المشكلة عن طريق بناء محكم من المعرفة يسهل عليهم فهم العالم من حولهم والتفاعل معه، وكلما كانت الملاحظات دقيقة كانت الاستنتاجات المبنية عليها أكثر دقة. وتعتمد الاستنتاجات المبنية علي الخبرة الحسية المباشرة مع الأشياء في الطبيعة علي التفكير الاستقرائي الذي يؤدى في معظم الأحيان إلي تكوين المفاهيم وحل المشكلات.

-الاكتشاف: يؤكد بياجيه علي أن الإنسان مدفوع من الداخل لأن يتعلم لأنه يريد أن يجعل لما يلاحظه ويجربه في بيئته معني، وبذلك يكون للتعلم مكافأته الذاتية. فلا يحتاج الفرد إلي معززات خارجية كما هو الحال في المدرسية السلوكية. ويحتاج الطفل إلي المساعدة ليصل إلي

الاكتشاف.ولمساعدة المتعلم علي الاكتشاف هناك قواعد أساسية يرى "برونر" أنه لابد من مراعاتها وهي:-

-لابد وأن يحتوى المنهج علي الأفكار الرئيسية والقواعد العامة

-يمكن تقديم أي موضوع للطفل بشرط أن يعرض عليه بطريقة تراعي مستوى نموه الفكري ويحتاج طفل الروضة إلي المحسوسات والخبرات الحسية المباشرة

-ضرورة اتباع أسلوب المنهج اللولبي أو الحلزوني.

ولتحقيق أفضل النتائج في عملية الاكتشاف يشجع الأطفال علي عقد المقارنات وإعادة تنظيم المعلومات للوصول إلي تخمينيات ذكية تكون أشبه بالاستبصار.

-الارتقاء بتفكير الأطفال وبلغتهم وتعويدهم علي التفكير المنطقي

-تعويد الأطفال علي أساليب الحوار والنقاش وطرح الأسئلة

-تقبل وجهات النظر المختلفة وعدم الاستهزاء بأي منها

تنظيم بيئة التعلم:ولا يقصد بالبيئة التعليمية غرفة النشاط فقط، بل جميع مرافق الروضة مثل ساحات اللعب والحدائق ومكتبة الروضة وقاعة الموسيقي أو المرسم، وينبغي أن تكون كل هذه المرافق متاحة للأطفال لاستخدامها في أنشطتهم المتعددة.

طريقة تعليم الطفل تحمل المسؤولية و اتخاذ القرارات

اولا: اعطي لطفلك خيارات كلما أمكن

فهذا يعطيه احساس بالسيطرة ويساعده على ممارسة اختيار القرارات

ثانيا: اضبطه وهو في حالة جيدة

فمن المهم التعليق على ابسط التحسنات في السلوك حتى لو كان الطفل لا يقوم بالسلوك الصحيح الذي تودي ان تراه في العالم المثالي فهو يبدي التحسن ويحتاج الى سماع ذلك.

ثالثا: لا تستمري في تحذير الطفل من عواقب محدده قبل ان يسيء السلوك

ان ما يحتاج الطفل ان يعرفه هو ان شيئا ما سوف يحدث فأن هـذا يخلـق بيئة تقوي من التفكير في المستقبل

وعندما يعرف الطفل ان هناك بعض النتائج لـسوء سـلوكه لانـه يجـبر عـلى التفكير مسبقا قبل ان يفعل هذا السلوك.

رابعا: عندما يجب عليك تقديم عاقبه او نتيجة لابـد ان تقولهـا والحـزن في صوتك وليس الغضب

ان هذا يجعل الصراع داخـل الطفـل ولـيس بينـك وبينـه لان عنـدما تكـون العواقب مرتبطة بالغضب فأن الطفـل يميـل للـشجار معـك بـدلا مـن التفكـير في سلوكه.

تدرب على القاء المسئولية في السلوك على عاتق الطفل ليتعلم ما سيحصده هو نتيجة تصرفات هو بنفسه قام بزرعها.

الطفل القائد:

القيادة والقائد القيادة تعنى السلطة، والسلطة تُحتم على السلطان أو القائد السير بالمركب والتجديف نحو الهدف وتحمل المسئولية حتى الوصول إلى نهاية الطريق، والمحاسبة إذا ما تم الحيد عن هذا الطريق أو في حالة وقوع أي خلل خلاله، والقيادة لا تعني الرفاهية والتحكم كما يظن البعض، بل هي عملٌ شاق، على الطفل أن يتعلمه إذا أراد أن يُصبح قائدًا منذ صغره. أما القائد فهو الشخص المخول بكل ما تنص عليه تعاليم القيادة، وهو أيضًا من يتم نسب النصر إليه في حالة النصر وتحمل الهزيمة في حالة الهزيمة، فهو يتحمل مسئولية جمع كبير خلفه، لذلك كان لا بد من صفات خاصة لهذا القائد، من الواجب توافرها فيه حتى يلوذ بهذا المنصب.

ومن سمات القيادة لدى الصغار:

قد يشعر الطفل بأنه الأقوى بُنية وعليه فإنه يعتقد أن هذه السمة تخوّله أن يسيطر على أترابه.. أو أشقائه سواء في البيت أو الملعب، أو المدرسة.

قـد يكـون الطفـل متمتّعـاً بـذكاءٍ وحكمـة وموهبـة يفتقـر إليهـا الأطفـال الآخرون، وفي هذه الحالـة سـيقبل الأطفـال قيادتـه لهـم دونمـا عـصيان أو رفـض، ويرون فيه قدوتهم.

قـد يكلّـف الطفـل بهـذه المهمـة سـواء مـن والـده في المنـزل أو مـدرب في الرياضة في الملعب، أو مربي صفه فيجعل منه عريفاً عـلى الطلبـة، وبتكـرار هـذه التكليفات فإنها تُرسّـخ شـعور القيـادة لـدى هـذا الطفـل المكلّـفً وتـصبح صـفة ملازمة له، وفيما بعد يقبل زملاؤه بها.

قد تلجأ مجموعة من الأطفال إلى اختيار رفيـق لهـم يـرون فيـه قـدوة، وذا مقدرةٍ على قيادتهم، لا تتوفّر في أحـد مـنهم. ويقـول مختـصّو تربيـة الأطفـال إن هذه هي أفضل أنواع القيادة لأنها مُنحت للطفل القائد "ديمقراطياً من أقرانه.

إن النزعـة إلى الـسيطرة وحـب الظهـور، هـي نزعـة فطريـة لازمـت الإنسان منذ نـشأة الكـون، فكـان هنـاك رؤسـاء القبائـل، وأمـراء الأرض في المجتمع الزراعي، والمخاتير في المجتمع القـروي، وهـذه صـفات مقبولـة إذاً

كانت تُعنى بشؤون المرؤوسين وتحقّق أحلامهم. والطفل بطبيعة تكوينه كإنسان ليس بعيداً عن حب نزعة الرئاسة والقيادة.. وهنا لا بُدّ من ترشيد هذه النزعة وتنميتها إيجابياً، وتحبيبها إلى المرؤوسين باعتبارها شكلاً من أشكال التنظيم والإنتظام الإجتماعي بين الأطفال.

ويجب على الأب أو المدرّب الرياضي أو مربّي الصف أن يعملوا على أن تكون هذه القيادة قهرية على الآخرين، بمعنى أن يخلقوا شعوراً من القبول لها من قبل الأطفال الآخرين. بحيث تسود روح الألفة والرضى بين الطفل القائد وأقرانه. وعلى المربين بكافة مواقعهم أن يراقبوا هذا "الطفل القائدً بحيث لا يتسلّط على أقرانه. وأن تكون قيادته لهم مقبولة مرضية، وأن يعمل المربون على خلق روح تقبّل النقد والتوجيه لدى الطفل القيادي. وفي تدريب ديمقراطي لا بأس لو قام المشرفون على الإلتقاء بهذه المجموعة من الأطفال والإطلاع على رأيها في قيادة زميلها لها، سواءً قيادة كرة القدم في المدرسة أو اللجان التي تشكّلها المدرسة ضمن النشاطات اللامنهجية.. وأن يعمل المربون على صقل موهبة القيادة لدى الطفل المكلّف بها.

إن القيادة عند الأطفال إذا ما رُوقبت ووجّهت، تؤتي أكلها بحيث ينشأ هذا الطفل.. وينمو ويتطوّر حاملاً في فكره مفهوم القيادة. إن القيادة شكل من أشكال التنظيم الإجتماعي الذي لا بدّ منه وفي الحديث "إذا كنتم ثلاثة فأمّروا واحداً عليكمً.

وما الكشافة وفرقها وقياداتها المتسلسلة إلاّ دليل على ذلك، فالنظام الكشفي، يعتبر مقدمة للحياة القيادية، والنظام الإجتماعي.. وقيادة الطفل لأقرانه قد تكون في هذا السياق، وتعتبر تجربة لما بعدها من مراحل العمر.

أهمية أن ننمّي في أبنائنا روح القيادة

نجد أن الأباء والأمهات يكونون على رضى تام إن كان الأبناء قادة "وزعماءً في مدارسهم وبين زملائهم وأصدقائهم، والجدير بالذكر أن هذا الرضى يأتي في الغالب بسبب أن سمة القيادة تجعل الأبناء بارزين ومحط أنظار المحيطين بهم والتالي فسيشكلون مصدر فخر واعتزاز للأهل.

ونحن بدورها إذ نطرح هذا الموضوع ونتعمّق مع قرائنا فيه ليس فقط لطموح ورغبة الأهل بوجود ابن قائد بينهم للظهور والبروز، وإنما لأن سمة القيادة هي إحدى السمات الهامة جداً والتي نتمنى أن يتحلّى بها معظم أبنائنا خاصة في زمننا هذا، ذلك أن هذه الصفة تساعد الأبناء على النجاح في كافة الأصعدة بحيث أنها تؤهّلهم ليكونوا أصحاب شخصية قوية قادرة على اتّخاذ القرارات، وتحدّي العقبات التي تعترض طريقهم وما أكثر هذه العقبات في أيامنا هذه التي تريد أن "تسوّقَ جيلاً كاملاً نحو إتجاهات محدّدة غالباً ما تكون منافية لشرعنا ومخالفة لعاداتنا وتقاليدنا الأصيلة لذا فمن الضروري خاصة في هذا الزمان أن نعمل وبكل كدّ وجدّ وجهد على إعداد جيل قائد، لنزرع فيه القدرة على الثبات وامتلاك المؤهلات الضرورية للحافظ على هويته وهوية أمته.

دور الأهل في تحسين شخصية الطفل القيادى

تعد الممارسات التي يمارسها الأهل مع الطفل تلعب دورًا هامًا في شخصيته، و التى قد تجعل منه شخصية فعالة في المجتمع ذو حكمة و بعد نظر، وقد يهمل الأهل الطفل فيؤدى ذلك إلى نتيجة عكسية، و على الأهل أيضًا أن يلاحظوا هذه السلوكيات على ابنائهم، و تنميتها و رعايتها حتى تتحسن شخصية الطفل، ليصبح ذو دور قيادى في المجتمع فيما بعد، و كذلك يجب عليهم تذكيره انه يجب ان يكون قدوة حسنة لغيره و مثل أعلى، و ان يتقبل النقد و يعمل على إصلاح عيوب شخصيته.

أهمية دور الأبوين القيادي في الأسرة

يجب أن يحرص الأهل على ألا يتحول الطفل من شخص قيادي إلى شخص يحب فرض سيطرته، فيجب ان يعرف الطفل دور الابوين في قيادة الأسرة و حفظ لكل شخص دوره داخل الأسرة، فمثلًا يقول الأهل للطفل أن هذا الكرسى مخصص لفلان، فلا يجب على الطفل الإقتراب منه، فيعرف

الطفل مدى أهمية احترام الآخر، و كذلك يجب أن يتعلم الطفل مدى أهمية إحترام العلاقة بين الأهل و الطفل.

لا تعنف طفلك القيادي

عندما يلاحظ الأهل أن الطفل له القدرة على إصدار الأوامر و تحمل المسئوليات، فلا يجب تعنيف الطفل لأن هذا يعد خطأ عنيف في حقه، ربما لأن هذه السمات تجعل الطفل في المستقبل قادرًا على تحمل المسئولية، و حتى لا تتحول شخصية الطفل إلى شخصية محبة للسيطرة، يمكن للأهل أن يلعبوا لعبة و يجعلوا الطفل يقوم فيها بدور القائد المستبد الذي لا يرضي عنه متبعوه و يكرهونه و يبغضونه، حتى يدرك الطفل كم هو من المهم ألا يكون مستبد و قمعى، و لكنه يجب أن يكون قائد متعاون.

لا تمارس الدكتاتورية مع طفلك القيادي

أهم نصيحة للوالدين هي عدم ممارسة الديكتاتورية و التسلط في إعطاء الاوامر للطفل، لأن ذلك قد يؤدى بالطفل أن يتحول إلى شخصية

عدوانية تميل إلى العند و الإيذاء، فيجب على الأهل إشراك الطفل في اتخاذ القرارات المهمة و تحمل المسئوليات، و كذلك المسارعة إلي الإطراء و عدم مصارحة الطفل بعيوبه، قد يجعل الطفل يشعر بتميزه و قد يصل لمرحلة العُجب و الغرور ويجعله غير قادر على الإعتراف بعيوبه و اخطائه.

و يجب على الأهل ترك الطفل ليخوض التجارب الجديدة وحده حيث أن حجب الطفل قد يتسبب في حالة من الرهاب الإجتماعي، و كذلك عدم التدخل السريع لحل الأخطاء التي يقع فيها الطفل و ترك الفرصة للطفل لكي يحاول بنفسه، و يجد الحلول الصحيحة، و كذلك تركه ليتحمل نتيجة القرارات التي يأخذها الطفل دون الشعور بالمسئولية تجاهه، و هذه معادلة صعبة و دقيقة ينبغى على الأهل توخى الحذر أثناء التعامل فيها.

أهم الصفات المطلوبة في إعداد طفل قيادي

1 - التفوق علميا والاتصاف بالذكاء وسرعة البديهة.

2 - الالتزام بالمسؤوليات أيا كان نوعها.

3 - الثقة بالنفس.

4 - الطموح والهمة العالية والنشاط.

5 - حاسم في قراراته.

6 - قوي الشخصية ومتكلم جيد ومنطلق في التعبير.

7 - حكيم وعاقل.

8 - التواضع.

9 - العطاء والالتزام المتواصل

10 - التأثير الايجابي في من حوله.

11 - تحديد ومعرفة اهدافه.

12 - القدرة على الإقناع وإدارة مجموعة من الطلاب.

13 - أن يتصف بالنظام والالتزام بالوقت والمرونة.

14 - أن يكون أمينا وصادقا.

15 - أن يراعي مشاعر الآخرين ورغباتهم ولا يكون متعصبا لرأيه ورؤيته فقط.

16 - ان يهتم بمظهره سواء في النظافة او المظهر العام.

إدارة الوقت هي تنظيم الوقت خلال اليوم، وتوزيع ساعاته بناءً على النشاطات التي يقوم بها الإنسان، عن طريق تحديد وقت مناسب لكل نشاط. تُعدّ إدارة الوقت وسيلة مستخدمةً في العديد مِن المجالات، ولقد ارتبط مفهومها بشكل مباشر بالإدارة، سواء الذاتية وهي تنظيم الفرد وقته بنفسه، وبالمهام الإدارية المكونة للمنشآت كالشركات، أو المؤسسات، لذلك تعدّ إدارة الوقت هي الوسيلة الأولى في تدارك ضياعه؛ لأنه سريع المرور،

وما مضى منه لا توجد طريقة لإعادته، أو تعويضه، وعلى كل شخص أن يحسن التعامل مع الوقت حتى لا يضيعه دون الاستفادة منه.

لتنظيم الوقت فوائد عديدة منها ما يظهر مباشرة ومنها ما يظهر على المدى البعيد، فعلى الإنسان ألا يستعجل ليرى ثمرات تنظيم الوقت فهي قادمة لا محالة، ومِن هذه الثمرات:

الشعور بالتحسن بشكل عام في جميع شؤون الحياة، فيرى الإنسان بركة الوقت وسعته في التنظيم، حيثُ يُنجز ما لديه مِن أعمال، وما عليه مِن واجبات ومسؤوليات.

قضاء وقت أكبر في الترفيه والراحة والتسلية مع العائلة والأصدقاء، فالتنظيم يزيد مِن إنتاج الإنسان في وقتٍ أقل، مما يُساعده على التفرغ للأنشطة الاجتماعية، فيُروّح عن نفسه وعن الأشخاص المحيطين به.

يجد الإنسان مُتسعاً مِن الوقت ومدة كافية لتطوير الذات، وزيادة المهارات الحياتية؛ فبعد إنجاز ما لديه مِن أعمال، يجد الوقت الكافي لقراءة كتابٍ ما، أو حضور دورات تزيد مِن مهاراته ووعيه.

التنظيم الجيد يُمكّن الإنسان مِن تحقيق أحلامه وتطلعاته المستقبلية، والأهداف التي يرجو تحقيقها.

تحسين إنتاجية الفرد والجماعة كماً ونوعاً؛ فتنظيم الوقت يُتيح للفرد التفكير في جودة ما يُنتِج، وما يصدر عنه مِن أعمال تمثل شخصيته وتكون عنوان نجاحه.

التقليل مِن حجم الأخطاء التي قد يقع فيها الفرد نتيجة العشوائية في العمل والفوضى؛ فبالتنظيم تتم دراسة كل خطوة مِن خطوات العمل، ووضع الاحتمالات الواردة لوجود أي ظرفٍ طارئ يُعرقلُ سير العمل، أو يبطئ مِن سرعة إنجازه.

زيادة الدخل الماديّ والأرباح؛ وذلك نتيجة لزيادة كمية المادة المنتجة والتفوق في العمل، وإظهار الجدية في الأداء.

التخفيف مِن الضغوط النفسيّة والمادية التي تقع على كاهل الفرد، نتيجة عدم إنهائه للعمل مِن جهة، وضغوط الحياة الاجتماعية المختلفة مِن جهة أخرى.

إنهاء العمل الذي يقع على عاتق الفرد بشكلٍ أسرع، وبمجهودٍ أقل، الأمر الذي يُتيح للفرد اغتنام فرصٍ لم تخطر في باله سابقاً، والتي قد تؤدي إلى تغيُّر جذري في حياته، وتكون سبباً في نجاحه، كأن يُفكر في مشاريع جانبيةٍ أخرى، أو تطوير مستوى العمل الذي يقوم به.

السيطرة على أيام حياة الإنسان بشكلٍ كامل، فهو يعرف ماذا لديه مِن أعمال ومخططات، وفي المقابل ما لديه مِن فرص راحةٍ يمكن استغلالها؛ فالتنظيم يضع للإنسان برنامجاً واضحاً لإدارة يومه، تظهر مِن خلاله المساحات الشاغرة.

حتى يدار الوقت بكفاءة، ويحقّق المطلوب منه، ويـستفاد مِـن كـلّ دقيقـة فيه، يجـب إدراكـه بـشكل كـلي، وتحديـد أدوار إدارة الوقـت، والتـي تنقـسم إلى دوريْن:

إدارة الوقت فردياً: والذي يهدف إلى أن يعمل الشخص عـلى تنظـيم وقتـه بنفسه، مِن خلال وضع أوقات مناسبة، ومحددة تتوافـق مـع المهـام الخاصـة بـه. ب- إدارة الوقت مؤسـسياً أو (جماعيـاً): وتعمـل المؤسـسة أو الـشركة عـلى إدارة وقت تنفيذ أعمالها، وفقاً لترتيبات خاصّة بها، تشمل جميع الموظفيّن والعملاء.

لتحقيق إدارة الوقت، يجب إتباع الخطوات التالية:

وضـع خطـة لإدارة الوقـت: أوّل خطـوة تتبـع لإدارة الوقـت، هــي وضـع خطـة لتنظيمــه، ويجـب أن تحـوي عـلى توقّعـات للمـدد الزمنيّـة التــي مِـن خلالها سـينجز كـلّ عمـل، وتوضـع الخطـة في العـادة وفقـاً لعـدة معـايير وهــي: الفترة الزمنية: سواءً كانت مقاسـة بالأيـام، أو الأسـابيع، أو الـشهور، أو الـسنوات فيحـرص فريـق التخطـيط عـلى توقّـع المـدّة الزمنيـة، المرتبطـة بطبيعـة العمـل،

لـذلك تنجـز المهـام المبدئيـة وفقـاً لخطـة إدارة الوقـت الخاصـة بـالفترة الزمنيـة المحددة.

حجم المهام: يؤثر حجم المهـام، التـي سـتنجز عـلى كميـة الوقـت، وكفايتـه لإنجازها، فكلّما كان حجم المهمة كبيراً، كلما كانت بحاجة إلى وقت أطـول، ويـأتي دور إدارة الوقت في تحديـد الكميـة المـستهلكة مِـن الوقـت وتأثيرهـا عـلى واقـع العمل.

الكفـاءة الوظيفيـة: يعـدّ دور المـوظفيّن أساسـياً في تنظـيم الوقـت بـشكل دقيق، فعندما ينجزون الأعمال، والمهام الوظيفية المطلوبة منهم، في الوقت المحدد لها، يؤدي ذلـك إلى تنظـيم الوقـت بكفـاءة، فيـؤثر ذلـك عـلى القـدرة الإنتاجيـة، والمهنية للحصول على النتائج المرجوة بنجاح.

تخصيص وقت إضـافي: يـساهم تخـصيص وقـت إضـافي، في تـدارك حـدوث أيّ أمـور طارئـة وغـير متوقعـة، ويـساعد في عـلاج أي أخطـاء قـد يقـع فيهـا الـشخص، وتـؤثر عـلى مـسار العمـل، فمـثلاً: عنـدما تحـدّد مـدة زمنيـة لإنجـاز المهمـة (أ) وتقـدر بثلاثـين دقيقـة، يجـب أن يـضاف عليهـا خمـس أو عـشر

دقائق، كوقت إضافي لضمان إنجازها بشكل تامّ ونهائيّ، ولتجاوز أيّ معيقات قد تظهر بشكل مفاجئ أثناء العمل.

وضع جدول الأولويات: عندما يوضع جدول للأولويات، ويتقيّد به الأفراد خلال اليوم يستطيعون معرفة كمّيّة الوقت المستهلك لكل مهمة يقومون بها. مثال: عندما يريد الطالب إدارة وقته، عليه الالتزام بجدول الأولويات المخصّص للدراسة، ومِن ثم النشاطات الأخرى، فيجب أن يحرص على أن تكون الدراسة هي أولويته الأولى، بتخصيص وقت مناسب لكل مادة دراسية، عن طريق التسلسل مِن الأصعب إلى الأسهل، ومِن ثم يخصّص وقتاً آخر، للنشاطات المختلفة، كالقراءة، أو الرياضة، أو مشاهدة التلفاز.

تحقق إدارة الوقت العديد مِن النتائج الإيجابية، ومنها:

نجاح العمل بشكل أفضل.

إنجاز الأهداف المطلوبة بكفاءة.

نموّ وتطوّر بيئة العمل.

تكوين صورة إيجابية عن الشخص الذي يلتزم بوقته.

تحقيق الأهداف الشخصية، وإتمام المهام بفاعلية.

التقليل مِن حدوث الأخطاء.

يؤكّد علماء النفس أنّ أي عمل تريد تنفيذه ينبغي قبل كل شيء أن تدرك فوائده، ليكون العمل فعالاً ويعطي النتائج المطلوبة، تقول الدراسات الحديثة أن الإنسان الذي يعرف كيف يستغل وقته في أعمال مفيدة ونافعة، يكون أكثر سعادة مِن أولئك الذين يضيعون أوقاتهم مِن دون فائدة، فالسعادة مرتبطة بما يقدمه المرء مِن أعمال نافعة، ابدأ بحفظ القرآن الكريم، عندها تبدأ رحلة السعادة مع كتاب الله تعالى، فالقرآن يعلمك كيف تستثمر وقتك بالكامل، فكل لحظة هناك عبادة أو ذكر أو صلة رحم أو عمل نافع أو علم نافع، فإذا أردتَ أن تحصل على السعادة فتعلّم كيف تستثمر وقتك، ولا

تترك حياتـك ووقتـك تبعـاً للظـروف المحيطـة مثـل قـارب تتقاذفـه الأمـواج دون توجيه، فإن النتيجة ستكون الغرق.

معظم الناس غير راضين عن حياتهم وواقعهم بسبب عدم معرفتهم لأهمية الوقت، وهذا ما يـسبّب لهـم الكثـير مِـن الاضـطرابات النفـسية، فعلـماء الـنفس يؤكدون على أن معظم الأمراض النفسية تنشأ نتيجة عدم الرضا عن الواقع، هـذه المسألة تسبّب مشاكل نفسية وآلام لا تقل عن الآلام العضوية. تأمل آيات القـرآن وتدبّر معانيها يجعلك تدرك أن كل شيء في هذا الكون بيد الـلــه تعـالى، ولا يـتم أمر إلا بإذنـه، ولا يحـدث معـك شيء إلا بتقـدير وعلـم وحكمـة منـه عـزّ وجـلّ، هـذا يجعلـك تـرضى عـن كـل مـا يحـدث معـك، ويجعلـك تـشعر بمراقبـة الـلــه لـك وعلمـه بمـا يحـدث معـك، كثـير مِـن الأطبـاء النفـسيين لا يفعلـون أي شيء لمرضـاهم أكـثر مِـن الاسـتماع إلى همـومهم ومـشاكلهم، وهـذا بحـد ذاتـه عـلاج للمـريض النفـسي. عنـدما تعلـم بـأن الـلــه تعـالى يـرى ويـسمع ويعرف كل ما يحدث معك، فإنك ستشعر بالرضا عن الواقـع الـذي تعيـشه لأنـه مقـدر عليـك، بالنتيجـة فـإن اسـتثمار الوقـت في ذكـر الـلــه تعـالى يمنحـك

الرضا عن واقعك، وهذا يشعرك بالسعادة ويزيد مِن طاقتك في إنجـاز أعمالـك أو دراستك، بالتالي تكون قد خطـوت خطـوة عـلى طريـق النجـاح، إذاً إدارة الوقـت الناجحة تعني النجاح في الدراسة والعمل.

الفصل الثالث

الوقت في حياة الطفل

إدارة الوقت:

وهي القدرة على تقدير كم الوقت المتاح لـديك، وكيـف يمكنـك اسـتخدامه بأفضل طريقة ممكنة لإنجاز مهامك بنجاح..

ولكي تعلّم طفلك كيفية مرور الوقت ومن ثمَّ إدارتـه بـشكل جيـد، يمكنـك الاستعانة بقلم تلوين سهل المسح وساعة حائط وإجراء النشاط الآتي:

تساعد هذه الطريقة طفلك في أن يـرى بعينيـه كـمّ الوقـت المتبقـي لديـه، والتحقق منه عند مرور ما يُقارب من نصفه تقريبًا.. وقد تـساعده هـذه الأسـئلة خلال ذلك التدريب على تنمية مهارة إدارة الوقت لديه:

هل مضى نصف الوقت المُخصص لأداء الواجبات؟

هل لا تزال مُحافظًا على تركيزي؟

هل هناك ما يشتت انتباهي؟

هل أنا بحاجة للإسراع أو للتمهل أثناء القيام بواجبي؟

تعليم الأطفال إدارة الوقت

لدينا دائما الكثير من الأمنيات، والكثير من الحماس للاستفادة القصوى من كل دقيقة تمر؛ ولذا كانت فكرة هذا المقال بأن نغتنم الحماسة التي تعترينا للتغيير لنبدأ تعليم أولادنا وأنفسنا عادة/مهارة جديدة وهامة تنفعهم مدى الحياة، وكيف لا والله سيسألنا عن أعمارنا فيما أفنيناها.. وعن أولادنا هل دربناهم من الصغر ليكونوا مسئولين عما سيسألهم الله عليه؟!

سأحاول أن أجعل من هذا المقال ورشة تفاعلية تتضمن تدريبا على التمكن من الأفكار الرئيسية التي تقبع خلف مهارة إدارة الوقت.. خاصة أنها تعد من أكثر المهارات التي حظيت بتعدد الفلسفات، وتعدد الأطر النظرية التي أنتجت تنوعا كبيرا في المطروح من الأفكار الخاصة بها؛ ولذا فقد حاولت استخلاص الأفكار الرئيسية من هذه النظريات والأطر مع الاجتهاد في توقيعها على واقع أطفالنا فعلا بشكل يجعلها ممكنة التعلم والتدريب للأطفال.

أسباب إهدار الوقت من أهم هذه أسباب إهـدار الوقـت بـشكل عـام، وفي رمضان بشكل خاص:

- عدم القدرة على إدارة وتنظيم الوقت أصلا في كل أيام السنة، ومـع ضـيق الوقت وتعدد المهام وتغيير النظام المعتاد في بعض المواسم كرمـضان مـثلا فتكـون المشكلة أشد.

- الميوعة وعدم تعويد معظم أولادنا الجدية بحجة أنهم أطفال، وعليهم أن يعيشوا طفولتهم. ولو قارنا حيـاة الرسـل والـصحابة والأطفـال في سـنوات ازدهـار الإسلام بواقعنا اليوم لاتضح لنا خطأ هذه المقولة: "دعه فهو طفلك".

- عدم رسوخ فكرة أن الحفاظ على الوقت عبادة، وفكرة أن العبادات كثـيرة ومتنوعة، منها العمـل والاسـتذكار الـذي هـو عمـل الأطفـال الأسـاسي في سـنوات الدراسة.

- عدم وضوح الأولويات في حياة أولادنا. - عدم التدريب بالقيام بعدة أعمال وعدة مهام وأدوار في وقت واحد ؛ وهو ما يعد تدريبا على الحياة المتوازنة بطبيعتها الحقيقية التي تحتم تعدد مهام وأدوار.

- عدم تدريب أطفالنا على التخطيط القَبْلي في كل أحداث حياتهم ؛ مما يجعلهم يواجهون المناسبات والمواقف بطريقة عشوائية. وهنا تكمن أهمية الدعوة إلى تدريب أطفالنا على إدارة الوقت التي يمكن تلخيصها في كلمات قلائل: "حلم الحياة المتوازنة الجادة التي تعد في ميزان الحسنات".

إدارة الوقت

أوجد الباحثين في مجال الإدارة مجموعة من العريفات لادارة الوقت نذكر منها:

-هي اجراءات مستخدمة في التخطيط والتنظيم وضبط عملية استغلال وقت الدوام الرسمي لقيام العامل بالاعمال المناطه اليه[3].

-ادارة الوقت هي عبارة عن الاستخدام الفعال للموارد المتاحة بما فيها الوقت، واذا اراد المدير تحسين ادارته للوقت فأن ذلك يفرض عليه: الالتزام، التحليل والتخطيط والمتابعة، واعادة التحليل[4].

- ادارة الوقت هي عبارة عن: قدرة الشخص على استخدام وقت الوظيفة لانجاز المهام في التوقيت المحدد لها[5].

---

[3] الباحوث، عبدالله عبد العزيز، 2013، مهارات ادارة الوقت وعلاقتها بضغوط العمل من وجهة نظر موظفي وكالة وزارة المالية لشؤون الميزانية والتنظيم بالرياض، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

[4] أبو شيخة، نادر أحمد، 2009، ادارة الوقت، عمان، دار المسيرة.

[5] غنيم، أحمد محمد، 2010، مهارات ادارة الوقت، المنصورة، المكتبة العصرية.

تقوم إدارة الوقت بشكل عام ووقت الطفل بشكل خاص على عدة أفكار رئيسية، هي:

1- القدرة على التمييز بين "ما يجب فعله"، و"ما يُرغب في فعله": - اطلب من طفلك أن يصنع جدولا به خانتان ويسميهما: الأولى (ما يجب فعله)، والثانية (ما أرغب في فعله). - دعه يسجل يوميا كل ما عليه فعله، وكل ما يرغب في فعله.

2- التدريب على تحليل أي مهمة كبيرة لعدد من المهام الصغيرة: - اذكر لطفلك عددا من المهام، واطلب منه تحليلها لمهام قصيرة كنوع من التدريب (مثلا: تنظيف الحجرة يتضمن: وضع الكتب في المكتبة، كنس الحجرة، وضع قصاصات الورق في السلة...). - ثم اطلب منه تحليل كل مهامه اليومية التي سجلها في الجدول السابق بنفس الطريقة.

3- الوعي بالوقت اللازم لكل مهمة أو نشاط بشكل حقيقي: - اطلب من طفلك أن يسجل الوقت الذي أنفقه فعليا عند أدائه للمهام الجزئية. - كرر ذلك عدة مرات لنفس المهمة ليعرف بدقة متوسط الوقت

الحقيقي اللازم لكل مهمة. هذه خطوة تمهيدية لتدريب طفلك على استخدام الجداول بشكل فعال؛ فمن أكثر ما يعرقل كفاءة الجداول لدى الكثيرين هو عدم المعرفة الدقيقة للوقت اللازم للقيام بأي مهمة.

4- الوعي بوقت ذروة النشاط، والوعي بمستوى النشاط اللازم لكل مهمة: فهناك من المهام ما يستلزم نشاطا كبيرا كالاستذكار والصلاة وقراءة القرآن مثلا، وهناك ما لا يحتاج إلى تركيز كتحضير الحقيبة المدرسية، وبعض المهام المنزلية..

- ضع عددا من المهام المعتادة لطفلك في ورقة، واطلب منه تسجيل مستوى النشاط اللازم لها: نشاط عال، متوسط، عادى، قليل.

- كرر ذلك عدة مرات حتى يعي مستوى النشاط الحقيقي بالنسبة له، وذلك بتكرار التقييم بعد ممارسة نفس النشاط عدة مرات.

- ساعد طفلك على الوعي بأفضل أوقاته وأكثرها نشاطا، كذلك الوعي بقدرته على أداء كل مهمة؛ فالأطفال مختلفون في ذلك؛ فمنهم من

يمكنه حل مسائل الحساب بمستوى نشاط قليل، ومنهم من لا يمكنه أبدا حفظ النصوص مثلا إلا في ذروة نشاطه ويقظته.

- وبعد هذه الاختبارات السابقة دعه يسجل في الجدول أفضل وقت للقيام بكل مهمة حسب مستوى نشاطه في هذا الوقت، وحسب مستوى النشاط الذي تتطلبه المهمة.

5- الوعي بالمهام ذات الوقت المحدد والمهام المرنة: فهناك مهام ثابتة في أوقاتها يوميا: الذهاب للمدرسة، وقت التدريبات الرياضية، وقت النوم، مواعيد الصلاة... وهناك بعض الأنشطة التي تسمح بقدر من المرونة (الاتصال بصديق، تنظيف الحجرة...). - اطلب من طفلك أن يبدأ في توقيع المهام الثابتة في جدوله بلون محدد (أحمر مثلا)، ثم بعدها تسكين المهام المرنة.

6- فهم مضيعات الوقت: - اطلب من طفلك أن يسجل بالترتيب كل مهمة يقوم بها على مدار اليوم مع تسجيل الوقت المنفق فيها. - كرر ذلك لعدة أيام، وناقش مع طفلك أيًّا من هذه الأعمال يجب عليه حذفها،

وأيها يمكنه تقليل الوقت المنفق فيها، وأيها عليه القيام بها في وقت آخر؛ لأنها تحتاج نشاطا أعلى..

7- الوعي بالمهام العاجلة الهامة: هناك أمور عاجلة ولكنها غير هامة، وهناك أمور هامة جدا ولكن غير عاجلة، وهناك النوع الثالث من الأنشطة التي تعتبر هامة وعاجلة؛ فالاستذكار لامتحان بعد شهر هام ولكنه غير عاجل، والاستذكار لاختبار بعد يومين هام وعاجل، والتخلص من الأوراق التي يكتظ بها أدراجك يعد عاجلا ولكنه غير هام.

كيف نعلم الطفل تنظيم وقته

يمتلك الطفل حاليا العديد من الالتزامات ما بين واجبات مدرسية والعديد من الأنشطة المختلفة الأخرى وفى نفس الوقت فإن أى أم أيضا يكون جدولها مزدحما. ولذلك فعلى كل أفراد العائلة العمل معا لتنظيم يومهم ووقتهم مع الوضع فى الاعتبار أن الأهل وخاصة الأم عليها أن تعلم طفلها مهارات تنظيم وتقسيم وقته وهو أمر سيحتاج بالتأكيد للعديد من التدريب والتمرين.

. إن أى أم تكون عادة مهتمة بتعليم طفلها أمورا مثل كيفية غسل أسنانه ويديه ولكنها فى نفس الوقت قد تتجاهل أحيانا تعليمه كيف ينظم وقته ويومه مع الوضع فى الاعتبار أن مثل هذا الأمر مهارة ستعيش مع الطفل طوال حياته.

يجب أن تكونى قدوة أمام طفلك فيما يخص تنظيم وقتك ويومك ويمكنك مثلا أن تقومى بإعداد جدول لكل المهام التى ستقومين بها مع الحرص على الالتزام بهذا الجدول. يمكنك أن تجرى اجتماعا مع جميع أفراد

عائلتك لمناقشة جميع المهام والأنـشطة التـى يمكنهـا أن تكـون جـزءا مـن روتـين العائلة اليومى. ويمكنك أن تقومى بإعطاء أفراد العائلة المكافآت عندما يقومـون بإنجاز المهام المختلفة الواجب علـيهم إنجازهـا مـع تحديـد بعـض العقوبـات فى حالة عدم إتمام المهمة. ساعدى طفلك على تحديد أولوياته خلال اليـوم وتحديـد أولوياته بصفة عامة ما بين العائلة والأمور الـصحية والدراسـة والأصـدقاء ويمكـن للطفل بعد تحديد قائمة بأولوياته الرجوع لتلك القائمة عند اتخاذ أى قرار بشأن تنظيم وقته. ويمكنك أن تعطـى طفلـك أكـثر مـن سـيناريو ليـتمكن الطفـل مـن تحديد الأمور التى سيقوم بها قبل أمور أخرى، فعلى سبيل المثال إذا كـان الطفـل يريد الذهاب لمنزل صديقه وكان عليه إنهاء بعض المهام الدراسـية فعليـه فى تلـك اللحظة أن يختار أولويات وترتيب ما سيقوم بفعله لأنه إذا أنجـز مـثلا الواجـب المدرسى قبل الذهاب لمنزل صديقه، فيمكنه آنذاك الجلوس لتناول وجبة العـشاء مع صديقه.

عليك كأم أن تعلمـي طفلـك أن يبـدأ يومـه فى وقـت محـدد كـل يـوم مـع الحرص على ترك الطفل يقوم هو لغلق المنبه بنفسه بعد الاستيقاظ.

ويجب على الطفل أن يكون قد حدد الوقت المخصص مثلا لتحضير طعـام الإفطـار ولغـسل أسـنانه ولعـدد مـن الأمـور الأخـرى الواجـب عليـه إنجازهـا فى الصباح.

يمكنك أن تجلسي مع طفلك كل أسبوع لتساعديه فى تحديد كـل الواجبـات المنزلية الواجب عليه إنجازها ليتمكن الطفل من تحديد المهام التي انتهـى منهـا والمهام التى لا يزال عليه إنجازها.

ساعدي طفلك على التحكم في الوقـت الـذى يقـضيه أمـام التليفزيـون عـن طريق تحديد جدول يحمل البرامج المفضلة للطفل ومشاهدة تلك البرامج فقـط، وتنظـيم الوقـت لهـذا الأمـر مـع عـدم إضـافة أي عـدد سـاعات أخـرى إضـافية لمشاهدة التليفزيون وهو الأمر الذى سيساعد الطفل على تحديـد الوقـت الـذى يقضيه أمام التليفزيون وفى مشاهدة البرامج المختلفة وتحديـد مـا إذا كـان هـذا الوقت يتم استغلاله جيدا أم لا.

إذا كان طفلك يلعب وأنت تريدين منه أن يأتي لتناول العشاء فبدلا من أن تطلبي منه القدوم لتناول العشاء فورا، فيمكنك أن تعطيه مدة ما بين خمس وعشر دقائق يستطيع خلالها استيعاب أهمية الوقت.

يجب على طفلك أن يستوعب ويفهم جيدا أن الوقت الذى يضيع يكون له عواقب مثل أن تكون إضاعة الطفل للوقت أمرا عاقبته عدم مشاهدة التليفزيون أو مشاهدته لمدة أقل من المدة التى اعتادها الطفل.

شجعى طفلك على أن يكون عنده دفتر يوميات يدون فيه المدة التى يستغرقها لإنهاء المهام المختلفة الواجب عليه إنجازها.

وعلى الطفل أن يعلم أن تدوينه لمثل تلك المعلومات سيمكنه من تقدير الوقت الذى يستغرقه بطريقة صحيحة.

الفصل الرابع

إدارة الذات والغضب للأطفال

مفهوم الذات والإنجاز

إن العلاقة بين مفهوم الذات الشامل والإنجاز هي علاقة إيجابية لكنها ضعيفة، ومفهوم الذات الاجتماعي والفيزيائي لا يتعلقان بالإنجاز الأكاديمي.

فهناك الأطفال الذين يتميزون بقدراتهم الأكاديمية لكنهم غير اجتماعيين، كما أن هناك من يمتلكون مهارات رياضية عالية لكنهم غير متميزين أكاديمياً، والعلاقة بين الإنجاز ومفهوم الذات الأكاديمي أكثر قوة، وحتى أقوى علاقة تكمن بين مفهوم الذات في مواد دراسية معينة والإنجاز في هذه المواد.

فمفهوم الذات في مواد دراسية مختلفة مثل مادة الرياضيات مادة اللغة الإنجليزية يميل لأن يصبح أكثر اختلافاً بمرور الزمن وعلى سبيل المثال نحن نسمع تلميذ ما يقول: (أنا جيد في مادة اللغة الإنجليزية لكني غير جيد في مادة الرياضيات) ولعل إحدى الطرق المهمة التي يؤثر فيها مفهوم الذات على التعلم في المدرسة تكون من خلال اختيار المقررات الدراسية

ففي بعض الأنظمة التربوية هناك مقـررات إجباريـة ومقـررات اختياريـة يختـار منها التلاميذ ما يتناسب مع ميولهم وقدراتهم. إن كون التلميذ لديه مفهـوم ذات إيجابي في مادة معينة يعتبر عـاملاً أكـبر في اختيـار المقـررات عنـدما كـان مفهـوم الذات في المقررات الأخرى منخفضاً. وتلعب النـشاطات اللامنهجيـة دوراً جيـداً في تقوية مفهوم الذات والإنجاز والتحصيل لـدى التلاميـذ الـذين يـشاركون في هـذه النشاطات ولقد بينت الدراسات من أن تشكيل الهوية الإيجابية، والحـصول عـلى العضوية في مجموعة الأقران والاحتكاك بالآخرين غير الوالدين هي عوامل تساعد التلاميذ كثيراً في مسألة مفهوم الذات وتقدير الذات كـما تـدعم عمليـة التحـصيل الأكاديمي والإنجاز بالإضافة إلى تقوية العلاقات الاجتماعية والتكافل مع الآخرين[6].

[6] Eggen,P.and Kauchak,D. (2014). Educational Psychology Windows on Classrooms, England: Pearson Education Ltd p95

طرق تنمية الرقابة الذاتية لدى الأطفال:

ربط الطفل الناشئ بالـلـه

ليكن أول شيء يعلمه الوالدان للطفل الناشئ تعريفه بخالقه وربـه بأسـهل عبارة وأيسر صورة، فرسول الـلـه ـ صلى الـلــه عليـه وسـلم ـ حـين سـأل الجاريـة "أين الـلـه؟" وأشارت إلى السماء قال: "أعتقها فإنها مؤمنة". فـإذا عمقـت حقيقـة الإيمان ورسخت العقيدة الإلهية في قلب الطفـل ينـشأ عـلى المراقبـة لله والخـشية منه والتسليم لذلك، وسيكون عند الطفل من حساسية الإيمان وإرهاف الضمير ما يكفه عن المفاسـد الاجتماعيـة والوسـاوس النفـسية والمـساوئ الخلقيـة ويكتمـل الطفل عقلياً وسلوكياً.

ربط الأطفال بالقرآن

لـيس أسـهل مـن القـرآن في الحفـظ ولا أبلـغ في نفـوس الأطفـال ولا أوقـع أثـراً. لـذا فـإن أسـلافنا الـصالحين ينـصحون بـه و يـشيرون إلى تعلـيم الأطفـال

القرآن الكـريم وتحفـيظهم إيـاه حتـى تتقـوم ألـسنة الأطفـال وتـسمو أرواحهـم وتخشع به قلوبهم ويرسخ الإيمان في نفوسهم.

تعميق الإيمان بصفات الـلـه تعالى

يزداد جانب مراقبة الـلـه سـبحانه وتعـالى لنـا باسـتـشعار الطفـل أن الـلــه يسمعنا ويرانـا ويعلـم سرنـا ونجوانـا ويعلـم خائنـة الأعـين ومـا تخفـي الـصدور، وبإشعار الطفل الناشئ أن الـلــه لا تخفـى عليـه خافيـة في الأرض ولا في الـسماء، وأنه محيط بالأشياء كلها. يمكن استخدام الأدلة البديهية الفطرية لإقناع الأطفـال، مثل الاستدلال على وجـود شيء غـير مـرئي بوجـود دلائـل مرئيـة أو حـسية عليـه كوجود الهواء الذي نتنفسه دون أن نراه.

تكوين عاطفة إيمانية قوية للطفل

عاطفــة الحــب وعاطفــة الخــوف مــن أكــبر الــدوافع والحــوافز التــي يمكـن اسـتخدامها في عمـل الخـيرات وتنفيـذ الطفـل المـأمورات وتـرك الـشرور والمنهيات. ولابـد مـن توضـيح الوالـدين للطفـل حاجتـه الدائمـة إلى الـلــه، عـلى

أساس أن الأمور والأرزاق بيده تعالى، وأن يضع الوالدان نصب عيني الطفل قول الله تعالى في الحديث القدسي: "يا عبادي كلكم ضالٌّ إلا من هديته فاستهدوني أهدكم"، وهذا الحديث يؤصِّل اللجوء إلى الله خاصة وقت الشدة.

تحبيب الطفل الناشئ في الجنة ووعده بها، وتبغيضه للنار وتوعده بها

إن التوازن بين هذين الجانبين كفيلٌ بأن يجعل الطفل الناشئ دائم الرقابة لنفسه.

تعزيز شعور الطفل بالحب، والبعد عن القسوة، وإشباع العاطفة لدى الطفل الناشئ.".

استخدام وسائل التربية الوجدانية

1- ممارسة الطفل أنواع التدريب الإداري الخاصة بالامتناع، مثل: الصوم والتقليل من الأكل والعادات الضارة والإفراط في الملذات. ومن هذا النوع الالتزام ببعض المبادئ الأخلاقية، مثل محاولة التغلب على

السلوك الفطري، كالتغلب على الغضب وكظم الغيظ ودفع الإساءة بالإحسان.

2- ممارسة الطفل أنواع التدريب الإداري الخاصة بالأعمال الإيجابية.

3- ممارسة الطفل أنواع التدريب الإداري الخاصة بالتحمل، والصبر ثلاثة أنواع: الصبر على الطاعة، والصبر عن المعصية، والصبر على المصيبة.

4- ممارسة الطفل أنواع التدريب الإداري الخاصة بالالتزامات إزاء العهود والمواثيق والأيمان والنذور.

5- الوسائل الوجدانية: التوبة، فلولا التوبة لماتت الإرادة الأخلاقية.

تربية الطفل بالموعظة

وذلك عن الطريق المباشر والغير المباشر مثل القصص – لاسيما القصص التي تمثل واقعاً يعيشه الطفل – مع محاولة استثارة عواطفه ووجدانه.

تعزيز تنمية الهوية ومفهوم الذات لدى التلاميذ

يؤثر المعلمون بقوة في نمو الهوية والذات لدى تلاميذهم. فهم يصممون نشاطات التعلم والتقييم ويزودون تلاميذهم بالتغذية الراجعة التي يستخدمها التلاميذ في تقييم كفاءاتهم الأكاديمية، والإرشادات التالية يمكن أن تساعد كل معلم في جهوده التي يبذلها لتعزيز النمو النفسي ومفهوم الذات لدى تلاميذه: (المرجع السابق)

1- خلق بيئة صفية تركز على التفكير والتعلم والتواصل الحقيقي مع كل تلميذ.

2- استخدام نمط الإدارة التحكمي لمساعدة التلاميذ في تنمية المسؤولية لديهم.

3- مكافأة الاستقلالية والمبادرة لدى التلاميذ.

4- تأسيس ووضع توقعات عالية مناسبة لجميع التلاميذ وتزويدهم بالأدلة والبراهين حول زيادة كفاءاتهم.

5- تـصميم نظـام لوضـع الـدرجات يركـز عـلى التقـدم في الـتعلم والنمـو الشخصي.

6- مساعدة التلاميذ في بناء هويات إيجابية ومفاهيم إيجابية عن الذات.

تعزيز تقدير الذات لدى التلاميذ :

هناك العديد من المقترحات التي تساعد المعلم في تعزيز تقدير الذات لـدى تلاميذه نوردها فيما يلي: (Woolflk, 2007)

1- تقدير المعلم لجميع تلاميذه وتقبلهم دون تفرقة.

2- تقدير محاولات التلاميذ وإنجازاتهم.

3- خلق بيئة صفية آمنة ومريحة نفسياً وبدنياً

4- الانتباه لنزعة الميول الشخصية وعدم التحيز لأي تلميذ.

5- على المعلم أن يتأكد من أن إجراءات تدريسه وتجميع التلاميذ تسير بشكل جيد ومتقن.

6- تشجيع الأعمال الجماعية وتبادل الأفكار والآراء بين التلاميذ.

7- وضع معايير واضحة للتقويم ودعم التلاميذ ومساعدتهم في تقويم إنجازاتهم بأنفسهم.

8- نمذجة بعض الطرق المناسبة للنقد الذاتي والمثابرة والتعزيز الذاتي.

9- الابتعاد عن عمل المقارنات الهدامة بين التلاميذ والتنافس فيما بينهم وتشجيع التلاميذ على التنافس مع مستوياتهم التحصيلية السابقة أنفسهم.

10- قبول جميع التلاميذ وحتى المسيء منهم والتركيز على المشكلة لا على الأفراد. وبناء الثقة في نفوس جميع التلاميذ على اختلاف مستوياتهم.

11- مساعدة التلاميذ في تنمية مفهوم الذات الإيجابي لديهم من خلال تقديرهم وبيان أهميتهم.

12- تشجيع التلاميذ على تحمل المسؤولية حول ردود أفعالهم للأحداث، وإفهامهم من أن لديهم خيارات في كيفية الاستجابة.

13- تشجيع التلاميذ على تكوين صداقات بينهم وبين بعضهم البعض وإرشادهم عن كيفية مساعدة بعضهم البعض.

14- دعم التلاميذ في تحديد غايات وأهداف واضحة مع توفير العصف الذهني لهم فيما يتعلق بإمكاناتهم لتحقيق أهدافهم.

15- توضيح مزايا الثقافات المختلفة واختلاف الأعراق والتسامح مع جميع الثقافات.

16- معاملة التلاميذ باحترام وتقدير وبشكل دائم.

التنظيم الذاتي للمتعلمين

يشعر معظم المعلمين بحزن شديد جراء ضعف جهود تلاميذهم وضعف إرادتهم في تحمل المسؤولية حول تعلمهم. وكل المعلمين يريدون تلاميذهم أن يتحملوا المسؤولية، ويؤكدون على ذلك في حجراتهم الدراسية، ولكن الكثير منهم أقل نجاحاً في ذلك مما يأملون. والحل لهذه المعضلة هو تنمية التنظيم الذاتي لدى المتعلمين. والتنظيم الذاتي يعني القدرة على وضع أهداف شخصية ودمجها مع الدافعية، والقدرة على القيام بعمليات التفكير، ووضع استراتيجيات، والتصرف الذي يقود إلى تحقيق الأهداف. إن التلاميذ الذين يتمتعون بالقدرة على التنظيم الذاتي يضعون أهدافهم ويراقبونها ويمتلكون الدافعية لتحقيق تلك الأهداف، ويتميزون بما وراء المعرفة في محاولاتهم مطابقة الأهداف مع الاستراتيجيات.

أي أنهم: يضعون الأهداف ثم يراقبونها، ثم يذهبون بتفكـيرهم الى مـا وراء المعرفة، وبعدها يستخدمون الاستراتيجيات التي تتطابق وتتناسـب مـع الأهـداف التي وضعوها.

إن أكبر التحديات التي يواجهها المعلم هي تحقيق التنظيم الذاتي المثـالي في تلاميذه لأن الكثيرون من التلاميذ لا يعرفون كيف يضعون أهدافهم وليس لـديهم الدافعية لوضعها أو الالتزام بها[7]. وحيـث أن التنظـيم الـذاتي حاجـة مهمـه للتلاميـذ، فـالمعلم يـتمكن مـن اسـتغلال هـذه الحاجـة لمـساعدة التلاميـذ في وضـع أهـدافهم والالتزام بها ومراقبتها وهذا يعني التركيز على الدافعية الداخليـة، ونظريـة التـصميم الذاتي بينت من أنه لـيس جميـع الـسلوكيات نابعـة مـن الدافعيـة الداخليـة. فعـلى سبيل المثال: التلاميذ يحاولون أولاً تحقيق الأهداف ليحصلوا على مكافـآت ويتجنبـوا العقـاب. وعنـدما يتـشكل لـديهم التنظـيم الـذاتي يتعلمـون بالتـدريج لأن يـصبحوا مسؤولين عن تحقيق الأهداف وذلك لأنهم يظنون أن تحقيق الأهداف يـساعدهم في

---

[7] Eggen,P.and Kauchak,D. (2014). Educational Psychology Windows on Classrooms, England: Pearson Education Ltd p323

الحصول على درجات أفضل. وعلى الـرغم مـن أن هـذا الـسلوك مـا يـزال محركـاً بالدافعية الخارجية فهو يمثل ازدياد التنظيم الذاتي. وكما يتم نمو التلاميـذ بـشكل أبعد فهم يحاولون تحقيق الأهداف ويعملون ذلك لأنـه يتوافـق مـع اعتقـاداتهم حول نوعية الناس الذين هم مـنهم. مثـال: إذا قامـت إحـدى التلميـذات بمراقبـة إحرازها للأهداف فهي تعمل ذلك لأنهـا بـدأت تنظـر الى نفـسها كمـسؤولة فهـي حصلت على تقدم ملحوظ في مجال التصميم الذاتي. فالتلاميـذ يـضعون أهـدافهم ويراقبونها من أجل مـصلحتهم ويعتـبر هـذا تـصميماً ذاتيـاً. ويلعـب المعلـم دوراً جوهرياً في مساعدة تلاميذه في تطوير التصميم الـذاتي. ولأن التنظـيم الـذاتي هـو تطوري، فالمعلم بحاجة الى سقالة جهود تلاميذه ثم وبالتدريج يعهـد بالمـسؤولية لهم. والشكل التالي يوضح نموذجاً لتلك الـسقالة التـي تـساعد في تنميـة التنظـيم الذاتي لدى التلاميذ:

أنواع الغضب:

ثلاثة أنواع مِن الغضب متعارف عليها مِن قبل علماء النفس:

النموذج الأول: مِن الغضب، والمسمى " الغضب السريع والمفاجئ " مِن قبل جوزيف بتلر[8]، وهذا النوع متصلاً بباعث للحفاظ على النفس.و هو مشترك بين البشر والحيوانات غير البشرية، ويحدث عندما تعذّب أو تحبس.

النوع الثاني: مِن الغضب الذي يدعى " المتأن والمتعمد " والغضب هو رد فعل على تصور الضرر المتعمد أو المعاملة غير العادلة مِن قبل الآخرين. هذين الشكلين مِن أشكال الغضب هم أشكال عرضية

[8] هو قس، وفيلسوف،وثيولوجي)لغات أخرى(، من المملكة المتحدة، توفي في باث، عن عمر يناهز 60 عاماً.

النوع الثالث: مِن الغضب هو نوع ترتيبي هو مرتبط أكثر بالمميزات الشخصية أكثر مِن الغرائز أو الإدراك. وأما التهيج، والعبوس والفظاظة هم أمثلة على آخر شكل مِن الغضب.

الغضب يمكن أن يعبئ الموارد النفسية ويعزز المصير النفسيّ نحو تصحيح السلوكيات الخاطئة، وإتاحة العدالة الاجتماعية، والاتصالات، مِن المشاعر السلبية، والانتصاف مِن المظالم. كما يمكن أن تسهل الصَّبْر. مِن ناحية أخرى، يمكن أن يكون الغضب مدمر عندما لا يجد متنفسه المناسب في التعبير. والغضب، في شكله القويّ، يضعف مِن قدرة الفرد على معالجة المعلومات وممارسة السيطرة المعرفية على سلوكهم. الشخص الغاضب قد يفقد حالته أو حالتها الموضوعية، والتعاطف، وحسن التدبير والتفكير، ويمكن أن يسبّب ضرراً للآخرين.

هناك تمييز واضح بين الغضب والعدوان (اللفظي أو الجسدي، المباشر أو غير المباشر) على الرغم مِن أنها متبادلة التأثير على بعضها البعض.

في حين أن الغضب يمكنه تنشيط العدوان أو زيادة احتمالاته أو شدته، وأنه ليس مِن الضروري ولا شرطاً كافياً للعدوان.

عوامل ضبط النفس واستراتيجيات التحكم في الغضب:

التأمل: ويقوم التأمل بإقناع الدماغ على ضبط النفس بشكلٍ آلي، ويكون ذلك بالتركيز على التنفس والحواس لمدة خمسة دقائق تقريباً، وكذلك بإقناع الدماغ بالتخلص مِن الأحاسيس المدمرة ومقاومتها.

- الأكل: عند محاولة ضبط النفس يقوم الجسم بحرق الكثير مِن الجلوكوز المخزن داخله، فإذا كان معدل السكر في الدم منخفضاً هذا يساعد على الاستسلام والتراجع، لذا يجب تناول الأطعمة التي تحوي على الحبوب الكاملة والتي تُعطي فُرصة أكبر على حرق السكر بشكلٍ بطيء، وتساعد في ضبط السكر ولا تستنزف سريعاً.

- أداء التمارين الرياضية: يساعد ممارسة التمارين الرياضية ولو لفترةٍ قصيرةٍ على إعطاء الدماغ شعور الراحة، مما يسهل عملية ضبط النفس، وإن

كانت الرياضة لا تكفي على الشعور بالارتياح ممكن ممارسة رياضة المـشي، التـي يمكن مِن خلالها توفير الطاقة السلبية الموجودة داخلنا.

- النوم: عدم الحصول على القسط الكافي مِن النوم يسبّب صعوبة امتصاص الدماغ للجلوكوز، الذي يعتبر الطاقة التي لا يعمل الدماغ بدونها، وبذلك لا يمكـن للدماغ أن يضبط النفس دون طاقةٍ لديه، ولا يمكن تعـويض النـوم بتنـاول المزيـد مِن الأطعمة الغنية بالجلوكوز، فيفضل وقتها أخذ قيلولة لحل هذه المشكلة.

- محاولة السيطرة على الرغبة الذاتية: تميل الرغبة أحياناً إلى أن تكون قوية بشكلٍ لا يمكن السيطرة عليه، فيجب الانتظار فترة عشر دقـائقٍ عـلى الأقـل حتـى تـزول هـذه الرغبـة، وبعـدها يمكـن التأكـد أنهـا أصبحت صـغيرة ويمكـن زوالهـا والسيطرة عليها.

- مسامحة النفس: عند فشل السيطرة على الـنفس لا بـد أن تتكـوّن هنـاك مـشاعر الاحتقـار والـشعور بالتقـصير، فـلا بـد تـرك هـذه الأخطـاء والمـشاعر

جانباً وعدم تجاهلها، وبدلاً مِن التفكير فيها التفكير في كيفية تخطي هذه المرحلة وتقوية النفس والبدء مِن جديد.

- التطبيق العملي للنقاط السابقة: تستحق النفس أن تبذل مِن وقتك ما يكفي في ضبطها، والسيطرة عليها والتخلص مِن نقاط الضعف والفشل فيها، فلا بد مِن ممارسة بعض العادات الجديدة التي تحسّن مِن ذلك، وتساعد في تحقيق أهدافٍ ناجحةٍ.[9]

إدارة الغضب عند الأطفال

كما الحال عندنا نحن البالغين فإن الأطفال يغضبون! وخاصة الأطفال الصغار، لا يعرفون كيف يعبرون عن غضبهم، وأولئك الذين لا يُجيدون التعبير لفظيًّا عن حالتهم تزداد مشاكلهم. لذلك على الآباء والأمهات السعي إلى تعليم الأطفال وسائل تساعدهم على التعبير والتعامل مع عواطفهم وانفعالاتهم. وتدريب الطفل على إستراتيجيات ليتخلص من

[9] مقال للكاتبة شهيرة دعدوع بعنوان: " كيفية ضبط النفس".

غضبه بصورة مقبولة، وهو الأمر الذي سيزيد من مهاراته الإجتماعية وسيكون له أثر كبير عليه في المستقبل.

1- اللقاء الأسري

التجمعات العائلية نقطة انطلاقة جيدة لإجراء محادثات بين أفراد الأسرة وبحث مشاكلهم واحتياجاتهم والاستماع بجدية إلى اقتراحاتهم لتحسين نمط حياة الأسرة ككل. اللقاء الأول ربما لن يسير على ما يرام. ولكن ببعض التنسيق والاتفاق على آداب للحوار سيصبح من أهم الأشياء التي تفعلها الأسرة. وسيُزيد من الترابط بين أفراد الأسرة، وهذا التقارب سيجعل حل المشاكل يأتي في بداياتها، وستتجنب الأسرة مفاجأة اكتشاف أزمة يمر بها الأبناء. اجعل للاجتماع موعدًا دوريًّا يلتزم به الجميع؛ ومن الأفضل أن يكون اجتماعًا أسبوعيًّا أو نصف شهري.

2. تعليم العطف

إدراك طفلك لأهمية ومعنى التعاطف سيساعده على التعرف على مـشاعره وفهم الآخرين. البداية من عندك، إظهارك للتعاطف نحو طفلك في مواقف كثـيرة وبألفاظ واضحة سيجعله يبدأ في تقليدك والتعامل بشكل جيد معك، ومع كل من حوله. استغل أوقات قصص قبـل النـوم في سرد حكايـات تنمـي بداخلـه العطـف والحب ومراعاة مشاعر الآخرين. وإذا وجـدت فـيلم رسـوم متحركـة أو مـسرحية أطفال تحث على هـذه الـسلوكيات وتـساعدك في تنميـة هـذه المـشاعر بداخلـه، شاركه مشاهدتها، واللعب التخيلي من الأمور يمكن الإستفادة منها لتعليم الطفـل التعاطف، وكذلك الألعاب التـي تتـيح لـه فرصـة التعامـل مـع أقرانـه في مواقـف مختلفة.

3. إدارة الغضب

لا تجعله يتجاهـل مـشاعره بـل يجـب أن يعـترف بهـا. العواطـف حقيقـة وواقـع نمـر بـه جميعًـا. أخـبره بـذلك: «إذا كنـت حزينًـا كـن حزينًـا. إذا شـعرت بالغـضب فلتغـضب»، ولكـن أخـبره أيـضًا أننـا لـسنا عبيـدًا لمـشاعرنا، يمكننـا

السيطرة على أجسادنا وردود أفعالنا، وكذلك طريقة تعاملنا مع الناس نحن المسؤولون عنها. يجب أن يتعلم طفلك أن العالم ليس ساحة للمعارك والغضب بشكل مستمر، الاحتضان والحنان سيخدمه في تقبل فكرة التحكم في سلوكياته. وخير مثال تقدمه لطفلك هو سلوكك أنت أثناء مرورك بلحظات الغضب. قدرتك على تخطي أزمتك هي كلمة السر ليبدأ طفلك في التدريب على التحكم في ذاته وانفعالاته.

4- كتاب المشاعر

احضر مذكرة ورقية صفحاتها بيضاء تمامًا. وإذا كان طفلك قادرًا على الكتابة امنحه الفرصة في أن يكتب عن غضبه ومشكلته ومشاعره. يمكنك الاستعانة ببعض الملصقات المعبرة لمساعدة طفلك ليحكي قصة أزمته في هذه الصفحات البيضاء. وساعده في الكتابة وإتمام قصته. كلما غضب طفلك امنحه هذه الفرصة لتصريف انفعاله على الورق. سيعجب بهذه الفكرة؛ أعطِه الأقلام الملونة، والملصقات ذات الشخصيات الكارتونية التي

يفضلها، وقصاصات ملونة ربما يصنع منها رسمًا يعبر عما بداخله من انفعال. ستلاحظ تبدل حال طفلك، وربما يصبح أكثر هدوءًا مما تتخيل.

5- الاعتراف بغضبه

يساعد في تهدئة الطفل الغاضب اعترافك بغضبه، أخبره بشعورك بألمه ولا تحاول تحليل موقفه، فقط أظهر تعاطفك نحوه ونحو أزمته. سترى منه بعض الضعف أو حتى البكاء. عندما يشعر الطفل بالرحمة والمحبة سيخفف ذلك من جرحه وتتلاشى مشاعره المضطربة.

6- ابقَ قريبًا منه

يحتاج طفلك أن يراك بالقرب منه في لحظات غضبه. ولكن إذا اضطررت لتجنب الصدام معه وتصعيد الأزمة إلى الابتعاد عنه فمن الضروري أن تكون في أقرب موقع يراك منه. أخبره أنك لا تتركه أبدًا لهذه المشاعر بمفرده، ولكنك على مقربة منه، إذا احتاج أن يلقي نفسه في حضنك فأنت هنا. ضع الحدود حول الأفعال الكريهة وغير اللائقة، أما المشاعر

فاجعلها بلا حدود، أظهر قدرًا كبيرًا من الرحمة والحنان، فطفلك في ظل الغـضب يبكي أو يهرب من خوفه من أمر لا تعلمه. أظهر أسفك على أزمته. ولكن لا توافق أو تجادل، مجرد أن تعترف له بتعاطفك معه فقط.

7- لا تتحدث بحثًا عن أسباب

في خضم الغضب والانفعال، إذا أردت أن تتحدث فمن الـضروري أن يكـون ذلك للتأكيد على التعاطف مع طفلـك وتقـدير مـشاعره واحترامهـا. لا تحـاول أن تستفسر عن أسباب نوبة غضبه. طفلـك في هـذه اللحظـات غـارق في الأدرينـالين وليس لديه القدرة على تقديم أيه تفسيرات منطقية لما يفعله. انتظر حتى يهدأ.

8- الحفاظ على الجميع

تقدير غضب طفلك وتعاطفك معه لا يتعارض مع منعه من إيذاء نفسه أو الآخـرين. يجـب أن يعلـم عـدم تقبلـك لـضرب إخوتـه أو إيـذاء الحيـوان

الأليف في المنـزل. في لحظات الهدوء، مـن الـضروري أن تؤكـد عليـه أن تكـسير ألعابه جعله يخسرها ولم يحل مشكلته.

9- الهدوء

خُذ نفـسًا عميقًـا. تـذكر أنـه لا ضرورة للـدخول في معركـة مـع طفلـك. ولا تجعله يقودك نحو الغضب. سيطرتك عـلى غـضبك سـتساعد عـلى تهدئـة طفلـك وسيصبح هدوءك نموذجًا له لتنظيم الانفعال. الغضب رد فعل أحيانًا ضـد تهديـد ما يأتي من خارج الإنسان. نحمل بداخلنا مشاعر سلبية مثل الخوف والحزن، ومـا يحدث في لحظة الغضب أن هذه المـشاعر القديمـة تنطلـق وتبـدأ المعركـة.يـشعر الطفل الغاضب بأن أزمته هي نهايـة العـالم، ولا يتحمـل مـا بداخلـه مـن غـضب فيبكي ويصرخ وينتقد من حوله. إذا شعر الطفـل بالأمـان في التعبـير عـن غـضبه، سيبدأ في الهدوء سريعًا. تقبلـك لغـضب طفلـك هـو مـساعدة لـه ومنحـه فرصـة للتعبير عن خوفه وحزنه تحت ستار الغضب، وهذا يجعل ما بداخله من مـشاعر سلبية يتلاشى لأنه لم يعد لديه مخزون من الكبت يريد إخراجه. اهـدأ لتـستوعب أزمته.

10- الغضب أمر طبيعي

تذكر أن نوبات الغضب هي وسيلة طبيعية لمساعدة الصغار علـى التنفـيس عن غضبهم. ما تزال عقولهم في مرحلة التطوير، وليس لديهم حتى الآن المسارات العـصبية الكافيـة ليتحكمـوا في انفعـالاتهم. وعلينـا ملاحظـة أن الكبـار في أغلـب الأحيان لا يستطيعون السيطرة على غضبهم سيطرة تامة. وأفضل طريقة لمساعدة الأطفال على تنمية تلك المسارات العصبية هـى إظهـار تعاطفـك معهـم سـواء في حالات غضبهم أو في حالتهم الطبيعية. سيشعر الطفـل بالامتنـان لـك وبقربـك في لحظات غضبهم، وبالتالي سيصبحون أكثر عطاءً ولـن يـشعروا بالحقـد أو القـسوة نتيجـة عـدم تقـدير مـشاعرهم.الـبعض يلجـأ إلى الاستـسلام وتحقيـق مطالـب الطفـل الغاضـب. وقتهـا سـيعلم ابنـك نقطـة ضـعفك جيـدًا، وسـوف يـستمر في استخدامها، فقد امتلك وسيلة ضغط قوية لحل مشاكله وتنفيذ مطالبه بمجـرد أن يبدأ في موجة من الصراخ. وبذلك يصبح لديه ما يضمن به الهـروب دائمًـا مـن العقـاب. بـدلًا مـن ذلـك عليـك تعلـم كيـف تتغلـب عـلى غـضب طفلـك،

ومواجهة ردود فعله غير المحسوبة، وهذه ستكون بداية لعلاقة جيدة مع طفلك.

11- الألعاب والأنشطة التي تساعد على الهدوء

قولي لطفلك: إذا شعرت بأنك بـدأت تبـدو عليـك مـشاعر الغـضب، توقـف وأغمض عينيك، واتبع أحد الطرق الآتية:

عد من 1 إلى 10، وأخبر نفسك أنك قادر على التحكم في نفسك، وأن لسانك لن يهرب منك، ويقول كلمات سيئة، وأن يديك وقدميك لن تتحرك رغمًا عنك.

كرة الصلصال، تساعد عمليـة ضـغط وتـرك كـرة الصلـصال في الـتخلص مـن الغضب والتنفيس عن المشاعر السلبية بـصورة مقبولـة، راجعـي تـشكيلة ألعـاب الصلصال على متجرنا.

تنفس بعمق، يمكنكما أن تتدربا معًا على التنفس بعمق للاسترخاء.

الانسحاب، اشرحي لطفلك أن بإمكانه الانسحاب إلى غرفته إن شعر بأنه يحتاج لبعض الوقت بمفرده، بشرط أن يكون هذا اختياره فلا يأخذ صيغة العقاب.

الملاكمة وضرب الكرات، إذا كان طفلك يعبر دائمًا عن غضبه باللكمات، أخبريه أنه بإمكان أن يوجه غضبه إلى لعبة رياضية مثل لعبة الملاكمة أو العاب المضرب حيث يستطيع إخراج طاقته والتعبير عن مشاعره بصورة صحية، ويمكنكي الرجوع إلى تشكيلة الألعاب الرياضية على متجرنا.

دوارة القلق أو Fidget Spinner، من الألعاب الجيدة التي يمكن إستخدامها عند الشعور بالقلق أو الغضب، ويوجد لدينا تشكيلة رائعة من لعبة دوارة القلق.

المراجع

- الحبيب، علي. (1995). التربية واستراتيجياتها في رياض الأطفال، الكويت: ذات السلاسل.

- ا. د جودت أحمد سعادة , صياغة الأهداف التربوية والتعليمية في جميع المراحل الدراسية , دار الشروق للنشر والتوزيع , ط 2001

- إبـراهيم الـصحفي وآخـرون- نـشرة تربويـة بعنـوان التخطـيط وإعـداد الدروس- إدارة التعليم العاصمة المقدسة- مكة المكرم- 1421هـ

- إبراهيم العبيد- نشرة تربوية بعنوان الأهداف السلوكية-.

- إبراهيم بسيوني عميرة: المنهج وعناصره، القاهرة، دار المعارف، 1986 م.

- ابراهيم، محمد علي. (بدون). تنمية مهارات التفكير لدى الطفل (مقـال) مصر العربية/ محافظة الدقهلية: مركز الرحمة للعلاج المكثف للأطفال.

- أحمد، سهير كامل. (2000). أسس تربية الطفل بين النظرية والتطبيق، القاهرة: دار المعرفة الجامعية.

- أحمد، محمد عبد السلام(1960): القياس النفسي والتربوي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

- الإدارة العامة للقياس والتقويم- دليل المعلم في بناء الاختبارات- وزارة المعارف- الرياض- 1420 هـ.

- الإشراف ا لتربوي- دليل المعلم- وزارة المعارف- الرياض- الأولى- 1418 هـ

- البدر، سهام محمد. (2010). مدخل الى رياض الأطفال، عمان: دار المسيرة.

- بلوم وآخرون، نظام تصنيف الأهداف التربوية، ترجمة الخوالد، جدة، دار الشروق، 1405 هـ.

- جابر عبد الحميد جابر ـ سليمان الحصري الشيخ ـ فوزي أحمد زاهر ـ مهارات التدريس ـ الطبعة الأولى 1405هـ ـ دار النهضة العربية ـ القاهرة.

- الجبيلي، أحمد يحي ونور الدين، أمين. (2007). تفعيل دور الأسرة في تربية الطفل وتعليمه في مراحل ما قبل المدرسة، الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.

- جودة أحمد سعادة ـ استخدام الأهداف التعليمية في جميع المواد الدراسية ـ الطبعة الأولى 1991م ـ دار الثقافة للنشر والتوزيع القاهرة.

- حسن عايل أحمد يحيى ـ سعيد جابر المنوفي ـ المدخل إلى التدريس الفعال ـ 1419هـ ـ الدار الصولتية للتربية ـ الرياض.

- حسن علي سلامه- طرق تدريس الرياضيات بين النظرية والتطبيق- دار الفجر للنشر والتوزيع- الأولى- القاهرة- 1995 م.

- الخطيب،أحمد، وآخرون(1405هـ/1985م): البحث والتقويم التربوي، دار المستقبل، عمان.

- د. مهـدي محمـود سـالم , الأهـداف الـسلوكية , مكتبـة العبيكـان ط 1418 هـ
- د. محمود حسان سـعد , التربيـة العمليـة بـين النظريـة والتطبيـق , دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ط 1420 هـ 2000 م
- زيدان،محمد مصطفى(1411هـ/1990م):الاختبارات والمقاييس النفسية، عالم المعرفة، جدة.
- الزيود، نادر فهمي، وآخر(1998م/1418هـ): مبادىء القياس والتقويم في التربية، دار الفكر عمان.
- سبارزو، فرانك(1420هـ): كيف يعد المعلم اختباراته، ترجمـة:الـشميري، عبد الرحمن عبد الـلـه دار المعرفة للتنمية البشرية، الرياض.
- السبيعي، عدنان. (1985). سيكولوجية الأمومة، دمشق: هيئة الموسـوعة العربية.
- شعلة، الجميل محمد عبد السميع(1421هـــ/2000م): التقـويم التربـوي للمنظومة التعليمية، دار الفكر العربي، القاهرة.

- عالم الدين عبد الرحمن الخطيب ـ الأهداف التربوية تصنيفها وتحديدها السلوكي ـ الطبعة الأولى 1408هـ ـ مكتبة الفلاح ـ الكويت.
- عبد الإله المشرف، كراس التحضير والأهداف السلوكية، مجلة التوثيق التربوي، العددان 43/33.
- عبد الدائم، عبدالله. (1998). التربية عبر التاريخ، ط3، بيروت: دار العلم للملايين.
- عبد الرحمن عدس- علم النفس التربوي+ نظرة معاصرة- دار الفكر- عمان- الأولى- 1998 م.
- عبد السلام، فاروق، وآخرون(1414هـ/1994م): مدخل إلى القياس التربوي والنفسي، ط3المكتبة المكية، مكة المكرمة.
- عبد الله، عبد الله أحمد (1423هـ): التقويم التربوي للمتعلمين لدى العلماء المسلمين، مكتبة الرشد، مكة المكرمة.
- عدس، محمد عبدالرحيم. (1995). الآباء وتربية الأبناء، عمان: دار الفكر.

- عريفج، سامي سلطي. (2008). مدخل الى التربية، ط3. عمان: دار الفكر.

- عيسوي، عبد الرحمن (د.ت): القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار النهضة العربية بيروت.

- غانم، محمود محمد (1418هـ/1997م): القياس والتقويم، دار الأندلس، حائل.

- فريد كامل أبو زيه- الرياضيات مناهجها وأصول تدريسها- دار الفرقان- عمان - الرابعة- 1411هـ

- قطامي، نايفة والرفاعي، عالية. (1997). نمو الطفل ورعايته، عمان: دار الشروق.

- قطامي، يوسف. (2008). الاتجاهات الحديثة في تربية الطفل، القاهرة: الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات.

- محمد الدريج ـ التدريس الهادف ـ الطبعة الأولى 1414هـ ـ دار عالم الكتب ـ الرياض.

● محمد السيد محمد مرزوق ـ دليل المعلم إلى صياغة الأهداف التعليمية السلوكية والمهارات التدريسية ـ الطبعة الأولى 1416هـ ـ دار ابن الجوزي ـ المملكة العربية السعودية.

● محمد صالح جان ـ المناهج بين الأصالة والتغريب ـ الطبعة الثانية 1419هـ ـ دار الطرفين والمكتبة المكية ـ مكة المكرمة.

● محمود أحمد شوقي- الاتجاهات الحديثة في تدريس الرياضيات- دار المريخ للنشر- الرياض- 1409 هـ.

● المركز العرب للبحوث التربوية لدول الحليج- دليل تدريس الرياضيات في التعليم العام بدول الحليج العربي- الأولى- 1419هـ

● المسعد، طلال والهولي، أحمد وزيدان، أبو بكر عبيد. (2004). الطفل بين الأسرة والروضة، الرياض: مطبعة السيوف.

● ناصر، ابراهيم. (2004). أصول التربية، عمان: دار الرائد.

● نورمان جرونلند ـ الأهداف التعليمية تحديدها السلوكي وتطبيقاته ـ ترجمة أحمد خيري كاظم ـ بدون تاريخ ـ دار النهضة العربية ـ القاهرة.

/ المراجع الأجنبية:

Eggen,P.and Kauchak,D. (2014). Educational Psychology Windows on Classrooms, England: Pearson Education Ltd.

Essa, E. (2003). Introduction to Early Childhood Education ,USA: Thomson Learning Inc.

16- Forehand,R.and Long,N. (1996). Parenting the Strong Willed Child. USA: Contemporary Books.

Hayes,N. (1999). Early Childhood, London: Gill and Macmillan Ltd.

Jeon, L. (2013). The Effects of Family. Neighborhood, and Child care Contexts on Preschool Children's School Readiness, PhD. Dissertation, USA: School of Ohio State university.

Lewis, R. and Morris, J. (1998). Communities for Children, Educational Leadership 55,34-35.

McDevitt, T. and Ormrod, J. (2010). Child Development and Education, London: Pearson Education Ltd.

PBS. (2003). Supporting the Role of Parents. PBS. org/Parents/ education/goingtoschools.

Parker,J.and Stimpson, j. (2004). Raising Happy Children, London: Hadder and Stoughton.

Ryan, J. (2001). Bronfenbrenner's Ecological Theory

www.file//c//myDocuments/webs.

Siegler, R.and Alibali, M. (2005). Children's Thinking, USA: Pearson Education Inc.

Woolfolk, A. (2007). Educational Psychology, USA: Pearson Education Inc.

المحتويات

الفصل الثالث

الفصل الرابع